

ТАТАРСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ
МАМАДЫШ МУНИЦИПАЛЬ РАЙОНЫ
БАШКАРМА КОМИТЕТЫНЫҢ
«МЭГАРИФ БҮЛЕГЕ» КАЗНА
МУНИЦИПАЛЬ УЧРЕЖДЕНИЕСЕ



422190 Мамадыш шәһәре, Совет урамы, 2нче йорт
тел. 3-34-32; тел/факс 3-29-86
e-mail: mamadyshroo@mail.ru
<https://edu.tatar.ru/mamadysh/mamadysh>

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ»
ИСПОЛНИТЕЛЬНОГО КОМИТЕТА
МАМАДЫШСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО
РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН

422190 г. Мамадыш, ул Советская д.2
тел. 3-34-32; тел/факс 3-29-86
e-mail: mamadyshroo@mail.ru
<https://edu.tatar.ru/mamadysh/mamadysh>

Исх. № 584

от 07 октября 2021 года

Руководителям
общеобразовательных учреждений

Уважаемые руководители!

В целях ознакомления и дальнейшего использования в работе заместителей директоров по воспитательной работе, классных руководителей и педагогов-психологов высылаем Вам следующие методические рекомендации и пособия:

1. Алгоритм действий для педагогов по раннему выявлению и реагированию на деструктивное поведение несовершеннолетних, проявляющееся под воздействием информации негативного характера, распространяемой в сети Интернет» (АНО «Центр изучения и сетевого мониторинга молодежной среды», ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей») (Приложение № 1);
2. Методическое пособие для педагогов школ и школьных психологов "Травле-нет!" (Приложение № 2);
3. Методические рекомендации "Создание психологически комфортной, безопасной среды в образовательной организации" (Приложение № 3).

Начальник МКУ «Отдел образования»
исполнительного комитета
Мамадышского муниципального района



И.Н.Габдрахманов

АЛГОРИТМ ДЕЙСТВИЙ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

по раннему выявлению и реагированию на деструктивное поведение несовершеннолетних, проявляющееся под воздействием информации негативного характера, распространяемой в сети Интернет

АЛГОРИТМ ДЕЙСТВИЙ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

по раннему выявлению и реагированию на деструктивное поведение несовершеннолетних, проявляющееся под воздействием информации негативного характера, распространяемой в сети Интернет

Москва, 2020

**АНО «Центр изучения и сетевого мониторинга молодежной среды»
ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей»**

Методические рекомендации, включающие алгоритмы действий по раннему выявлению и реагированию на деструктивное поведение несовершеннолетних, проявляющееся под воздействием информации негативного характера, распространяемой в сети Интернет, разработаны АНО «Центр изучения и сетевого мониторинга молодежной среды» и ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей» по заданию Минпросвещения России, в рамках исполнения поручения Правительственной комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав, реализации межведомственного комплекса дополнительных мер по развитию системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних на 2020–2021 годы. Большое внимание в методических рекомендациях уделено рассмотрению вопросов профилактики деструктивного поведения несовершеннолетних, предупреждения негативного воздействия информации, распространяемой в сети Интернет, обеспечения сохранения жизни и здоровья детей.



АНО «Центр изучения и сетевого мониторинга молодежной среды»
ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей»

**Алгоритм
действий для педагогов
по раннему выявлению и реагированию
на деструктивное поведение несовершеннолетних,
проявляющееся под воздействием информации
негативного характера, распространяемой в сети Интернет**

Москва, 2020





ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение	7
Типы деструктивной модели поведения.....	8
Проявления деструктивного поведения.....	9
Основные опасности в сети Интернет для детей и подростков	15
Необходимые действия педагога при обнаружении признаков деструктивного поведения у обучающихся	17
Направления социально-психологической профилактики деструктивного поведения несовершеннолетних.....	20
Контакты служб помощи и поддержки	27





ВВЕДЕНИЕ

Деструктивное поведение — форма активности личности, связанная с разрушением субъектом структур, как «составляющих» его (организм), так и заключающих его в «себе» (общество). В зависимости от определенных ситуационных, социокультурных и индивидуально-психологических факторов **деструкция может быть направлена человеком на самого себя или вовне**, выступать в виде импульсивного, неосознанного, рефлекторного или сознательного, расчетливого поступка.

В настоящее время не существует единого подхода к определению понятия и признаков деструктивного поведения.

Профилактика деструктивного поведения основана на социализации несовершеннолетних, формировании у них нравственных качеств субъектов социальных отношений. Институтом социализации детей является **семья и школьная среда**, где закладываются идеалы и базисы, из которых формируется дальнейшее мировоззрение, морально-этические ориентиры и общая направленность поведения.

Проявления у несовершеннолетнего деструктивного поведения могут стать источником **повышенной опасности** как для него самого, так и для его близких, окружающих и общества в целом. Игнорирование или несвоевременное выявление взрослыми признаков деструктивного поведения у ребенка нередко приводит к причинению им физического вреда самому себе, окружающим, суицидальным поступкам, появлению зависимостей (токсикомания, алкоголизм и др.).

За некоторые деструктивные действия несовершеннолетних законодательством Российской Федерации предусмотрена **административная или уголовная ответственность.**



ТИПЫ ДЕСТРУКТИВНОЙ МОДЕЛИ ПОВЕДЕНИЯ



антисоциальный (против социума; противоправное поведение, не соответствующее этике и нормам морали современного общества)



аддитивный (стремление к уходу от реальности с помощью одурманивающих веществ)



суицидный (самодеструкция; склонность к суицидальным действиям, обусловленная изоляцией от общества, беспомощностью (физической, правовой, интеллектуальной), неверием в будущее, потерей собственной независимости)



фанатический (результат фанатического влечения к чему-либо)



аутический (затруднение социальных отношений, межличностных контактов, оторванность от реальной действительности)



нарциссический (самовлюбленность, повышенная чувствительность к оценкам других людей, на этой основе отсутствие сочувствия к ним, ко всему окружающему)



конформистский (приспособленчество, приверженность к позиции сильнейшего)

ПРОЯВЛЕНИЯ ДЕСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ

ПО ОТНОШЕНИЮ К ОКРУЖАЮЩИМ И ВНЕШНЕЙ СРЕДЕ



ПРОЯВЛЕНИЯ ДЕСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ

ПО ОТНОШЕНИЮ К СЕБЕ

действия с риском
для жизни и (или)
здоровья (паркур,
зацепинг и иные)

интернет-
зависимость,
патологическая
страсть
к азартным играм

суицидальное
поведение,
суицид

употребление
алкоголя,
наркотиков,
психоактивных
веществ

чрезмерное
**видоизменение
собственного**
тела (татуировки,
шрамирование,
пирсинг)

Деструктивное поведение связано с комплексом **сочетающихся** психологических, поведенческих и внешних факторов риска. Наличие одного или нескольких из приведенных ниже признаков может быть временным проявлением, случайностью, но **не должно остаться без внимания педагогов**.

В целях выявления деструктивного поведения несовершеннолетних педагогу важно обращать внимание на психологические и внешние признаки.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРИЗНАКИ

- повышенная возбудимость, тревожность, перерастающая в грубость, откровенную агрессию
- заикленность на негативных эмоциях, склонность к депрессии
- проявление навязчивых движений
- неспособность сопереживать, сочувствовать другим людям
- утрата прежнего эмоционального контакта с одноклассниками
- стремление показать свое «бесстрашие» окружающим
- стремление быть в центре внимания любой ценой
- нелюдимость, отчужденность в школьной среде, отсутствие друзей, низкие коммуникативные навыки
- избегание зрительного контакта (уводит взгляд, предпочитает смотреть вниз, себе под ноги)

ИЗМЕНЕНИЯ В ПОВЕДЕНИИ (ВНЕШНИЕ ПРИЗНАКИ)

- конфликтное поведение (частые конфликты с учителями и сверстниками, участие в травле (буллинге))
- ведение тетради или записной книжки, в которую записывает имена других людей, агрессивные высказывания в их отношении, либо делает негативные рисунки (ребенок угрожает окружающим тем, что запишет чье-то имя в свою тетрадь или записную книжку)
- проявление интереса к неприятным зрелищам, сценам насилия
- участие в поджогах, «играх» с легковоспламеняющимися и взрывоопасными веществами
- трансляция деструктивного контента в социальных сетях (выкладывание личных фото, пересылка понравившихся фото, «лайки»)
- навязчивое рисование (рисует жуткие и пугающие картины, либо просто заштриховывает бумагу)
- участие в образовании неформальных асоциальных групп сверстников (педагогически запущенные дети, безнадзорные подростки, склонные к противоправному поведению)
- жестокое обращение с животными, со сверстниками (частое участие в драках), другими людьми

- резкие и внезапные изменения в поведении (отказ от обучения, участия в школьных мероприятиях, секциях, пропуски занятий по неуважительным причинам, потеря интереса к любимому учебному предмету)
- пассивный протест (уходы из дома, бродяжничество, отказ от приемов пищи, отказ от речевого общения)
- подражание асоциальным формам поведения окружающих, которые имеют авторитет для ребенка (слепое копирование негативных форм поведения, речи, манеры одеваться и др.)
- появление у несовершеннолетнего (приобретение) предметов и веществ, которые могут быть использованы для закладок наркотиков (перочинные складные ножи, используемые для создания отверстий в стенах домов, полостей в грунте под закладки (обычно на лезвии остаются следы земли, известки, бетона или краски); пластиковые пакеты малого размера; аэрозольные баллоны с краской, трафареты (для рекламы интернет-магазинов наркотиков)
- использование в речи новых, нехарактерных для конкретного несовершеннолетнего выражений, слов, терминов, криминального сленга; манера говорить производит впечатление «заезженной пластинки» из-за повторяющихся, как будто заученных текстов

ИЗМЕНЕНИЯ ВО ВНЕШНЕМ ВИДЕ

- использование деструктивной символики во внешнем виде (одежда с агрессивными надписями и изображениями, смена обуви на «грубую», военизированную)
- наличие (появление) синяков, ран, царапин на теле или голове
- нежелание следить за своим внешним видом
- появление следов краски на одежде, руках (в случае нанесения на поверхности рекламы интернет-магазинов наркотиков часто используются аэрозольные баллоны)
- появление у несовершеннолетнего дорогостоящей обуви, одежды, других вещей, собственных денежных средств, источник получения которых он не может объяснить (данный факт может свидетельствовать о получении дохода от наркоторговли)

Единовременное наличие нескольких признаков из списка может свидетельствовать о риске участия подростка в деструктивных течениях.

При проявлениях деструктивного поведения ребенку требуется психологическая помощь.

Современное прогрессивное развитие общества помимо позитивных тенденций несет в себе также негативные факторы, которые не лучшим образом воздействуют на детей: стремительный темп жизни, вседозволенность, легкодоступность информации, запрещенных веществ, новые формы насилия. Разрушительное поведение подростков может быть напрямую связано с получением негативной информации из СМИ, Интернета, компьютерных игр.

Не отрицая положительного влияния IT-технологий на развитие детей и подростков, цифровой мир несет с собой ряд онлайн-рисков.



ОСНОВНЫЕ ОПАСНОСТИ В СЕТИ ИНТЕРНЕТ ДЛЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ



КОММУНИКАЦИОННЫЕ РИСКИ



кибербуллинг (интернет-травля, преследование сообщениями, содержащими оскорбления, агрессию, запугивание; хулиганство; социальное бойкотирование с помощью различных интернет-сервисов; публикация и рассылка контента интимного характера)

Меры помощи ребенку, подвергшемуся кибербуллингу:

- психологическая поддержка педагогом и родителями;
- изменение настроек приватности профиля подростка в соцсетях (убрать личную информацию, закрыть аккаунт от посторонних людей);
- создание новой учетной записи для ребенка с измененным именем и фотографией профиля, чтобы обидчик не смог продолжить травлю;
- обучение правилам безопасного поведения в сети Интернет



использование сети Интернет для вовлечения несовершеннолетних в совершение действий, представляющих опасность для их жизни и здоровья (суицидальные сайты; форумы потенциальных самоубийц; сайты, вовлекающие в участие в опасных играх; наркосайты; сайты, разжигающие национальную рознь и расовое неприятие (экстремизм, национализм, фашизм); сайты, пропагандирующие экстремизм, насилие и девиантные формы поведения, секты)

Этапы вовлечения несовершеннолетних в деструктивные группы:

- предоставление ложной информации (соответствующий тематический материал в сети, фото-, видеоинформация)
- общение, взаимодействие с вербовщиком сети
- исполнение подростком указанных вербовщиком действий
- попадание в зависимость

- ✓ «незнакомый друг» в социальных сетях (прямые угрозы жизни и здоровью школьников от незнакомцев, предлагающих личные встречи)
- ✓ **груминг** (установление дружеского и эмоционального контакта с ребенком в сети Интернет для его дальнейшей сексуальной эксплуатации)
- ✓ **киберсталкинг** (преследование ребенка переходит из виртуального мира в реальный)



КОНТЕНТНЫЕ РИСКИ

- ✓ «шок-контент» (материалы (тексты, фото, видео, аудио), которые законодательно запрещены для публикации, вызывают у пользователя резко негативные чувства и ощущения: страх, ужас, отвращение, унижение)
- ✓ просмотр сайтов для взрослых



ТЕХНИЧЕСКИЕ РИСКИ

- ✓ незаконный сбор персональных данных несовершеннолетних и (или) распространение их в открытом доступе
- ✓ повреждение устройств, программного обеспечения



ПОТРЕБИТЕЛЬСКИЕ РИСКИ

- ✓ кража личных данных техническими средствами (в том числе в процессе интернет-шопинга)
- ✓ кибермошенничество

НЕОБХОДИМЫЕ ДЕЙСТВИЯ ПЕДАГОГА ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ ПРИЗНАКОВ ДЕСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ОБУЧАЮЩИХСЯ

- ✓ привлечь к работе с несовершеннолетним педагога-психолога для проведения диагностических и, при необходимости, коррекционных мероприятий
- ✓ проинформировать родителей (законных представителей) несовершеннолетнего и определить единую воспитательную стратегию
- ✓ проинформировать классного руководителя
- ✓ сообщить о признаках противоправных деяний несовершеннолетнего администрации образовательной организации для принятия решения об информировании сотрудника подразделения по делам несовершеннолетних органа внутренних дел

ЭТАПЫ РАБОТЫ ПЕДАГОГА С НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИМ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПРИ ВЫЯВЛЕНИИ ПРИЗНАКОВ ДЕСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ

1. Обсуждение с педагогом-психологом проведение **диагностики подростка** для определения его психофизического, педагогического, социального, психологического статуса; выявления значимых для личностного роста показателей: мотивации достижений, социального интереса, творческого потенциала, сложных состояний (тревожности, агрессии) с целью составления «Карты личности подростка» и получения рекомендаций по коррекции поведения ребенка.

2. Проектирование действий педагога и подростка: налаживание **доверительных отношений**; организация совместного с подростком поиска причин возникновения проблемы, возможных последствий ее сохранения (или преодоления); взгляд на ситуацию со стороны; разделение функций и ответственности по решению проблемы; совместное определение наиболее оптимальных вариантов разрешения проблемы (конфликта, противоречия).

3. Деятельностный этап: для обеспечения успеха педагогу и педагогу-психологу важно **поддержать подростка психологически**; обеспечивать безопасность, защищать его интересы и права перед сверстниками, родителями, учителями. Разрешение проблемы выбора требует привлечения специалистов (психолога и социального педагога). Социальный педагог может выполнять функцию развенчания негативных установок, а педагог-психолог — взять на себя роль «эмоциональной отдушины», человека, безусловно принимающего подростка. Включение ребенка в общественно-полезную коллективную деятельность, позволяющую реализовать потребность в самоутверждении; развитие «полезных» интересов подростка.

4. **Анализ результатов деятельности**: совместные с подростком обсуждения успехов и неудач предыдущей деятельности, констатация факта разрешимости или неразрешимости проблемы, совместное осмысление нового опыта, определение перспектив, формирование жизненных устремлений подростка, связанных с будущей профессией.

ДЕЙСТВИЯ ПЕДАГОГА ПРИ СОПРОВОЖДЕНИИ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНЕГО

- ✓ выстроить конструктивное взаимодействие с ребенком и его родителями (законными представителями), иными значимыми для ребенка лицами, мнение которых для него важно
- ✓ выявить проблемы, особенности развития и потенциала несовершеннолетнего
- ✓ обеспечить постоянную поддержку ребенку в направлении позитивных изменений
- ✓ организовать специализированную комплексную помощь в процессе индивидуального сопровождения
- ✓ оказать индивидуальную помощь в развитии социальной компетентности через вовлечение подростка в различные мероприятия (учебные, воспитательные, трудовые, общественно-полезные, спортивные и др.)
- ✓ обеспечить поддержку подростка социальной группой несовершеннолетних (одноклассников), имеющей позитивные социальные цели (применяется только при исключении возможности вовлечения других детей в деструктивную деятельность)
- ✓ организовать взаимодействие специалистов с семьей несовершеннолетнего по его сопровождению; а также при необходимости работу по коррекции детско-родительских отношений

Главная цель — переключить внимание и активизировать положительные качества и внутренний потенциал ребенка, мотивировать его на социально-позитивное и законопослушное поведение.

Ведущим видом деятельности подросткового возраста является **интимно-личностное общение с ровесниками**, в котором происходит практическое освоение моральных норм и ценностей, формируется самосознание. Участвуя в неформальных молодежных группах деструктивной направленности, подросток стремится к удовлетворению потребностей в общении и признании. Важной составляющей воспитательной деятельности педагога является **мотивирование обучающихся к участию в детских и молодежных объединениях** (например, в Общероссийской общественно-государственной детско-юношеской организации «Российское движение школьников»).

Важно, чтобы воспитательная работа педагога с несовершеннолетними обучающимися была направлена не только на устранение последствий деструктивных действий, но и на **предотвращение возникновения** деструктивного поведения несовершеннолетних - формирования благоприятного психологического климата в школьном коллективе: безопасности, взаимопомощи, принятия иной точки зрения и т.д.

НАПРАВЛЕНИЯ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ ДЕСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ

МЕРЫ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ РАСПРОСТРАНЕНИЮ ДЕСТРУКТИВНЫХ ИДЕЙ СРЕДИ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ

- ✓ формирование чувства **неприятия насилия** как такового в любом его проявлении
- ✓ формирование негативного образа и эмоционального неприятия **экстремистских формирований и их лидеров**
- ✓ активное развитие психологического **позитивного мышления** вместо разрушительного, раскрытие позитивных жизненных смыслов, развитие способности к целеполаганию
- ✓ создание **комфортной социокультурной среды**, микроклимата в детском коллективе
- ✓ проведение политики **защиты** несовершеннолетних от негативного влияния Интернета, обеспечения безопасности в сети Интернет
- ✓ проведение **нравственно-правового закаливания** (формирование правовой культуры, навыков критического анализа, сопротивления негативному влиянию, развитие стойкости при неблагоприятных обстоятельствах, умения противостоять влиянию других лиц)

- ✓ формирование у обучающихся **здорового образа жизни** через применение здоровьесберегающих технологий, обеспечение безопасных условий, информирование о здоровом стиле жизни
- ✓ минимизация **негативных последствий** деструктивного поведения (например, травли)
- ✓ организация деятельности, **альтернативной деструктивному поведению**: познавательной (путешествия, туризм); бросающей вызов своим возможностям (спорт, квесты, походы); альтруистической (общественно-полезная и благотворительная деятельность)
- ✓ формирование **культуры общения**, ценностного отношения к правилам и социальным нормам
- ✓ повышение **компетентности и социальной успешности** личности подростка в значимых для него сферах
- ✓ развитие навыков **продуктивной саморегуляции**: повышение осознанности собственного поведения, развитие умений планирования, оценки последствий поведения, обучение продуктивным стратегиям совладания со стрессом
- ✓ своевременная **коррекция** нарушенных межличностных отношений в коллективе (группе)
- ✓ **активизация личностных ресурсов**, обеспечение творческого самовыражения
- ✓ содействие **профессиональному самоопределению**, овладению способами и умениями трудовой деятельности

МОНИТОРИНГ ДЕТСКОГО КОЛЛЕКТИВА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

- регулярное отслеживание **посещаемости** занятий обучающимися в образовательной организации (учет несовершеннолетних, не приступивших к занятиям на начало учебного года, на начало четверти; а также систематически пропускающих занятия по неуважительным причинам)
- отслеживание **динамики успеваемости** обучающихся
- проведение с участием педагога-психолога **периодической диагностики** коллектива, направленной на выявление признаков деструктивного поведения у несовершеннолетних
- организация **наблюдения за поведением** подростков
- **учет детей, состоящих на внутреннем контроле** в образовательной организации (индивидуальная профилактическая работа)
- **обращение особого внимания на обучающихся:** состоящих на учетах у нарколога, психиатра (при наличии такой информации); совершивших самовольные уходы из дома; дела в отношении которых рассмотрены на заседаниях комиссий по делам несовершеннолетних и защите их прав (совершивших административные правонарушения, антиобщественные действия); родители (законные представители) которых привлекались к административной ответственности за неисполнение обязанностей по содержанию и воспитанию несовершеннолетних; с выявленными признаками суицидального поведения; имеющих высокий уровень риска по итогам психологической диагностики (тревожность, агрессия, отчужденность и иные)

ФОРМЫ РАБОТЫ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ДЕСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ ОБУЧАЮЩИХСЯ И РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ИХ ПРИМЕНЕНИЮ

1. Знание и соблюдение действующих в образовательной организации: порядков реагирования (информирования) в случае выявления чрезвычайной ситуации с детьми, несовершеннолетних с признаками деструктивного поведения; **рекомендаций** об организации профилактической работы, выявления деструктивного поведения у обучающихся, проведения индивидуальной работы с подростками «группы риска».

2. Выработка общей позиции «родители-педагоги». Изменения в поведении, привычках, характере подростков нельзя не заметить, если наблюдать за их поведением и дома, и в школе. В рамках родительских собраний с привлечением педагога-психолога рекомендуется представлять информацию об особенностях психоэмоционального состояния подростков в конкретный возрастной период, о возможных деструктивных проявлениях в среде несовершеннолетних в виртуальном пространстве, о способах обеспечения безопасности детей. Проведение совместных мероприятий с родителями и обучающимися способствует гармонизации детско-родительских отношений.

3. Организация процедуры урегулирования в случае выявления фактов травли (буллинга). В указанном случае педагог привлекает школьную службу примирения (медиации), либо использует медиативные технологии для разрешения конфликта, восстановления отношений, доверия, а также материального, эмоционально-психологического (морального) и иного ущерба, нанесенного жертве.

4. Привлечение специалистов. В работе по предупреждению деструктивного поведения педагогу помогут специалисты органов и учреждений системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних, представители ведомств, обеспечивающих выявление негативного влияния на несовершеннолетних в сети Интернет.

5. Информирование обучающихся о службах помощи. Оформление уголков безопасности в классных кабинетах, представление актуальной информации обучающимся и их родителям (законным представителям) о работе служб экстренной психологической помощи, детского телефона доверия с раскрытием тем для разговора (тема первой любви, отношения с родителями и учителями, проблемы в общении со сверстниками, обиды и страхи, борьба с зависимостями).

6. Организация воспитательной работы, в том числе патриотических, военно-патриотических мероприятий, организация участия подростков, находящихся в «группе риска» и потенциально способных приобщиться к криминальной субкультуре, в деятельности военно-патриотических клубов, спортивных молодежных организаций. Важно сформировать у детей внутреннее убеждение в том, что поставленные перед ними цели и задачи являются их собственными, достижение и решение этих задач отвечает их интересам, дать возможность почувствовать себя значимым для общества, для общего дела.

7. Проведение беседы, открытого разговора. При проведении бесед с обучающимися педагогам важно учитывать, что прямые вопросы и акцентирование с первых минут разговора внимания школьников на проблеме (например, «АУЕ») может вызвать у них обратную реакцию — разговор будет воспринят как реклама субкультуры.

В ХОДЕ БЕСЕДЫ С НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИМИ ПЕДАГОГУ РЕКОМЕНДУЕТСЯ

- основной упор сделать на установление психологического контакта
- проявить полное знание обсуждаемой темы, терпение, настойчивость, доброжелательность, иначе можно спровоцировать у подростков эмоциональный дискомфорт, недоверие и агрессию
- поддерживать позитивные суждения, вселять веру в свои силы, в возможность благоприятных жизненных перспектив
- помнить, что запретительные меры малоэффективны (введение запрета заставит подростка замкнуться в себе, стать более скрытным, охраняющим групповые «ценности», что еще больше сплотит группу несовершеннолетних с девиантным поведением)
- раскрыть пагубность и бесперспективность противоправного поведения, подкрепляя хорошо известными несовершеннолетним фактами (можно предложить ребенку встать на место жертвы преступления и с этой точки зрения оценить справедливость и логичность криминальной субкультуры)
- обеспечить осознание обучающимися степени риска противоправного поведения и суровости ответственности за совершенное преступление (привести примеры деструктивного манипулирования, спровоцировавшие психологический срыв у ребенка, повлекшие причинение вреда здоровью себе и/или окружающим, совершение преступления)
- провести совместный с детьми критический анализ негативного контента, «друзей и товарищей», идеализирующих криминальный образ жизни

После проведения беседы важно обязательно фиксировать реакцию обучающихся, наблюдать за изменением в их поведении.

ОСНОВНЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПЕДАГОГА РОДИТЕЛЯМ (ЗАКОННЫМ ПРЕДСТАВИТЕЛЯМ) ОБУЧАЮЩИХСЯ



основывать процесс воспитания на доверительных отношениях



осваивать Интернет-технологии, вести аккаунт в популярных социальных сетях, стать другом своему ребенку в социальных сетях



еженедельно проводить анализ страниц своего ребенка, внимательно читать публикации детей, изучать сообщества, на которые подписан ребенок, изучать виртуальных друзей, фотографии и видео, вызывающие интерес у ребенка (сохраненные, либо с отметкой «лайк»)



В «группе риска» находятся дети и подростки, которым **не хватает родительского внимания и поддержки**, а также те, чье нахождение в сети Интернет не контролируется родителями

**ЛУЧШАЯ ПРОФИЛАКТИКА НЕГАТИВНЫХ
ПОСЛЕДСТВИЙ — ДОВЕРИТЕЛЬНОЕ
ОБЩЕНИЕ С ПОДРОСТКОМ**

КУДА СООБЩИТЬ ОБ ОПАСНОМ КОНТЕНТЕ И ОБНАРУЖЕННОЙ В СЕТИ ИНТЕРНЕТ ИНФОРМАЦИИ, ПРИЧИНЯЮЩЕЙ ВРЕД ЗДОРОВЬЮ И РАЗВИТИЮ РЕБЕНКА

В случае выявления опасного Интернет-ресурса, а также если несовершеннолетний обучающийся сообщил информацию о других детях, которые играют в опасные квесты, входят в сомнительные сообщества в социальных сетях, сообщите об этом!



Полиция России:

02 (102, 112)

Роскомнадзор:

<https://eais.rkn.gov.ru/feedback/>

Автономная некоммерческая организация:

**«Центр изучения и сетевого мониторинга
молодежной среды»**

<https://www.cism-ms.ru/ob-organizatsii/>

Ассоциация **«Лига безопасного Интернета»:**



<http://ligainternet.ru/hotline/>

тел.: 8 800 700 5676

Региональная общественная организация

«Центр Интернет-технологий» (РОЦИТ)

<https://rocit.ru/hotline>

КУДА ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩЬЮ

Всероссийский Детский телефон доверия

(бесплатно, круглосуточно):



<https://telefon-doveria.ru/about/>

тел.: 8-800-2000-122

Линия помощи «Дети Онлайн» – служба телефонного и онлайн-консультирования оказывает психологическую и информационную поддержку детям и подросткам, столкнувшимся с различными проблемами в сети Интернет



<http://detionline.com/>

тел.: 8 800 25 000 15

helpline@detionline.com

ДЛЯ ПОЛУЧЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ИНФОРМАЦИИ МОЖНО ОБРАТИТЬСЯ К СЛЕДУЮЩИМ ИСТОЧНИКАМ

Коллективом специалистов факультета «Юридическая психология» и Центра экстренной психологической помощи ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет» для педагогов, классных руководителей и других специалистов образовательных организаций разработаны памятки по различным видам девиантного поведения и алгоритмы действий — «Методические материалы по признакам девиаций, действиям специалистов системы образования в ситуациях социальных рисков и профилактике девиантного поведения обучающихся», которые размещены на сайте: https://mgppu.ru/about/publications/deviant_behaviour.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

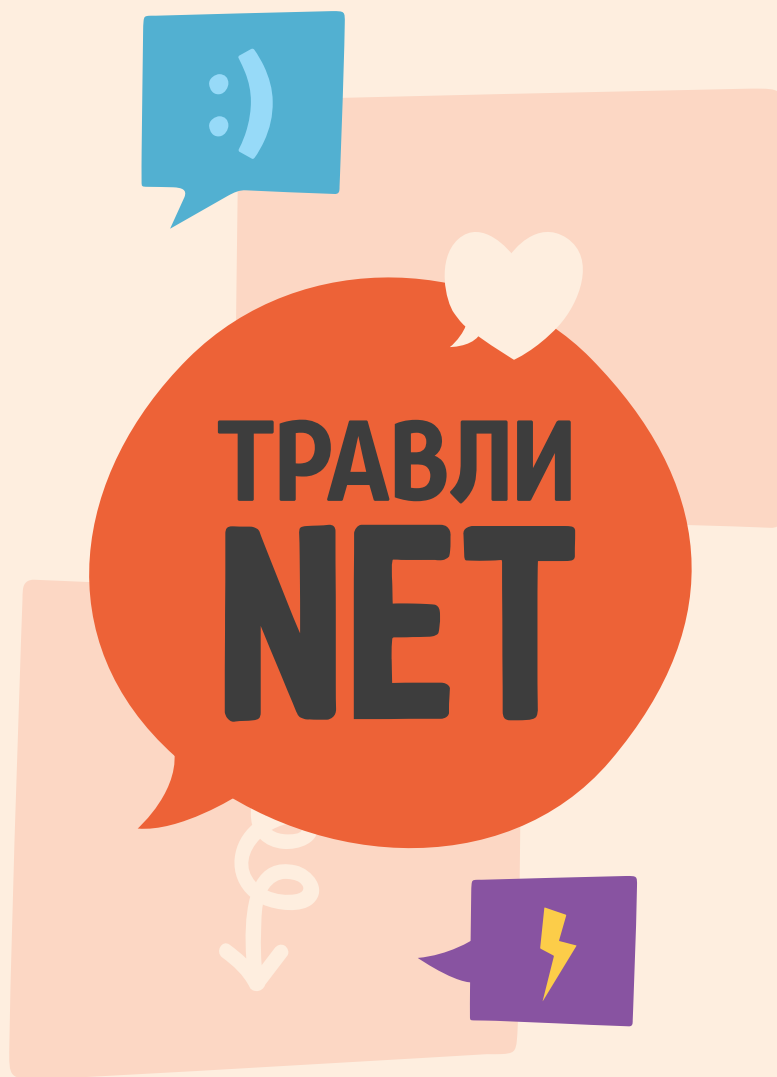
1. Шиняев К.А. Профилактика деструктивного поведения личности несовершеннолетнего [Электронный ресурс] // Вестник практической психологии образования. 2018. Том 15. № 1. С. 78–80. URL: https://psyjournals.ru/vestnik_psyobr/2018/n1/Chinaev.shtml (дата обращения: 23.06.2020).
2. Солдатова Г.У., Шляпников В.Н., Журина М.А. Эволюция онлайн-рисков: итоги пятилетней работы линии помощи «Дети онлайн» // Консультативная психология и психотерапия. 2015. Том 23. № 3. С. 50–66. doi:10.17759/cpp.2015230304.
3. Шпагина Е.М., Чиркина Р.В. Компетентность педагогов и психологов в области информационной безопасности детей [Электронный ресурс] // Психология и право. 2019. Том 9. № 3. С. 261–277. doi:10.17759/psylaw.2019090319.
4. Солдатова Г.У., Львова Е.Н. Особенности родительской медиации в ситуациях столкновения подростков с онлайн-рисками // Психологическая наука и образование. 2018. Том 23. № 3. С. 29–41. doi:10.17759/pse.2018230303.
5. Банников Г.С., Федунина Н.Ю., Павлова Т.С., Вихристюк О.В., Летова А.В., Баженова М.Д. Ведущие механизмы самоповреждающего поведения у подростков: по материалам мониторинга в образовательных организациях // Консультативная психология и психотерапия. 2016. Том 24. № 3. С. 42–68. doi:10.17759/cpp.2016240304.







**Методическое пособие для педагогов
школ и школьных психологов
"Травле-нет!"**



**Методическое пособие
для педагогов школ и школьных психологов**

Людмила Петрановская

ТРАВЛИ NET

Разработка и внедрение антибуллинговых программ в инклюзивных школах реализуется Благотворительным Фондом «Галчонок» с использованием гранта Президента Российской Федерации на развитие гражданского общества, предоставляемого Фондом Президентских Грантов.

Мария Рупасова - редактор



Центр
проблем
аутизма



ФОНД
ПРЕЗИДЕНТСКИХ
ГРАНТОВ



ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ
СЕМЕЙНОГО УСТРОЙСТВА



Фонд
ГАЛЧОНОК



ЖУРАВЛИК

Школьная травля – почему это серьезно

Наверное, каждый из нас имел опыт столкновения со школьной травлей. Кто-то побывал жертвой, кто-то активно участвовал, кто-то оказался свидетелем. Это были не лучшие моменты нашего детства, связанные с чувством страха, стыда, бессилия, и, возможно, мы очень старались о них забыть. Но когда мы выросли, стали родителями и профессионалами, тема школьной травли снова встает перед нами, когда нужно защитить от нее наших детей или учеников. В этот момент мы обнаруживаем, как это непросто.

Цель проекта «Травле – нет» – вместе с педагогами разобраться в сути явления и освоить эффективные способы предотвращать и прекращать школьную травлю.

Англоязычные термины, называющие это явление: **буллинг** (от «булли» – бычок, задира) и **моббинг** (от «моб» – толпа), связаны по смыслу с причинами, вызывающими травлю: подростковая агрессия и групповая агрессия.

Русское слово «травля», очень точное, однокоренное со словом «отравлять», заставляет нас подумать о последствиях. Травля буквально способна отравить ребенку детство, сделать школьные годы вовсе не «чудесными», а ужасными. Более того, она способна отравить личность, исказить представление человека о себе, о других, о том, как устроен мир.

Долгие годы травля считалась неизбежным злом в детских коллективах, чем-то вроде неприятной, но неопасной детской болезни, которая «сама пройдет», а обиды «до свадьбы заживут». В ряде случаев так и есть, однако сейчас появляется все больше исследований, которые показывают, что опыт травли вовсе не безобиден и может иметь серьезные последствия.

Мы – социальные животные, почти всю историю человечества выживание конкретного индивида зависело от его благополучных отношений с группой, с окружением, ведь одному было не выжить, не найти пропитания и не спастись от угроз. Отвержение группой, изгнание из группы на протяжении многих сотен тысяч лет означало неминуемую смерть. Поэтому, оказываясь в ситуации травли, мы испытываем сильнейший стресс, витальный (связанный с угрозой жизни) ужас, даже если своей рациональной частью понимаем, что сейчас наше выживание от отношения к нам группы настолько не зависит.

Последствиями для жертвы травли могут быть:

- ! Трудности в учебе, невозможность сосредоточиться из-за постоянного стресса
 - ! Постоянные пропуски занятий, так как идти в школу страшно и находиться там мучительно
 - ! Устойчиво сниженная самооценка, неверие в свои силы, искаженный образ себя как «ущербного», «не такого, как надо»
 - ! Тревожные расстройства, в том числе стойкие и тяжелые формы
 - ! Депрессивные расстройства, в том числе стойкие и тяжелые формы
 - ! Социальные неврозы, социофобия, сложности с общением, с завязыванием и поддержанием социальных связей, которые будут оставаться долгие годы после школы. Иногда эти проблемы не проходят без психотерапевтического лечения.
 - ! Психосоматические (обусловленные стрессом) заболевания, которые также могут быть очень длительными и устойчивыми к лечению
 - ! Суицидальные мысли и попытки, которые отмечаются у жертв травли в 5 раз чаще, чем у остальных школьников.
-

Ряд исследований показывают, что последствия школьной травли для человека могут быть более тяжелыми и длительными, чем последствия семейного насилия.

Все это происходит с детьми в месте, которое призвано обучать, развивать и готовить к жизни. Но взрослые часто считают школьный буллинг «обычным делом», говоря: «всегда кого-то дразнят», «дети есть дети», «он должен научиться ладить с ребятами», «надо уметь за себя постоять» и так далее. Мы переживаем из-за того, как повлияет на детей Интернет или гаджеты, или сексуальное просвещение, или реклама табака с алкоголем. Но почему-то одно из самых страшных травмирующих детей воздействий считаем «обычным делом».

Что происходит с ребенком, которого травят в школе? Давайте попробуем это представить. Вообразите на минуту, что ваша жизнь в педколлективе проходит так:

Утром вы приходите на работу в свою школу. В вестибюле вы видите своих коллег, но никто не здоровается, при виде вас все демонстративно отворачиваются и отодвигаются. Вы проходите, слыша сзади смешки и шепот. В вашем классе сегодня контрольная, и вы заранее пишете условие на доске. А когда начинаете урок и открываете доску, видите, что задание кто-то стер, а вместо него нарисовал неприличную картинку и ваши инициалы. Вы краснеете, хватаете тряпку, ученики смотрят на вас, им и жалко вас, и смешно. Вы хотите заглянуть в свой ежедневник, чтобы восстановить задание – и не можете его найти, его нет на месте. Позже вы находите его в углу туалета, со следами ног на страницах. После уроков вы приходите на педсовет, садитесь. Тут же все сидящие рядом встают и демонстративно отсаживаются подальше. И так каждый день. Однажды вы срываетесь и кричите. Вас вызывают к директору и отчитывают за недопустимое поведение. Вы пытаетесь пожаловаться и слышите в ответ: «Нужно уметь ладить с коллегами!»

Ваше самочувствие? Как долго вы сможете выдержать это? Как скоро у вас появятся последствия из списка выше: неспособность сосредоточиться, нежелание идти в школу, неуверенность в себе, тревожное и депрессивное состояние, болезни и нежелание жить? А ведь вы – взрослый человек, у которого есть свой дом и друзья, опыт успехов, устойчивый образ себя. Вы можете потребовать объяснений, можете написать жалобу, наконец, можете просто уволиться. Ребенок гораздо более беззащитен. Защищать его обязаны взрослые.

По оценкам европейских исследователей, в роли жертвы травли в разные периоды школьной жизни побывали 50% детей. 10-15% школьников находятся в этой ситуации прямо сейчас.

Это значит, что около миллиона детей в России каждый день идут в свою школу, как на казнь. Им плохо, страшно, стыдно, у них болит живот и голова, их тошнит, им порой не хочется жить. Можем ли мы считать это «обычным делом»?

От травли не спасает «престижность» школы, хороший ремонт, организационные новшества и самые современные программы. Согласно недавнему исследованию, которое проводили в России, в Калужской области, уровень травли в престижных гимназиях даже выше, чем в «простых» школах. А московские учителя после объединения школ в огромные комплексы отмечают явное усиление буллинга в классах. С появлением Интернета и социальных сетей жертвы травли уже не знают покоя даже дома и по ночам – их преследуют в виртуальном пространстве.

**От последствий травли страдает не только тот,
кому не повезло оказаться в роли жертвы.**



Травля – это развращающий опыт для зачинщиков. В будущем у них меньше шансов на успешную самореализацию и на хорошие отношения в семье, с друзьями и коллегами.

Травля – это очень травматичный опыт для свидетелей, они испытывают мучительный внутренний конфликт, поскольку уже чувствуют, что происходящее – аморально, но еще не имеют сил осознать, что именно не так, и найти выход их ситуации. Кроме того, они боятся, что, заступившись за жертву, сами станут жертвой, поэтому подыгрывают агрессору, стараясь не чувствовать стыд и унижение. Их представление о себе как «хороших людях» сильно страдает.

Ситуация травли в классе и в школе погружает в стресс всех детей, ведь если у нас так – можно, если травля – в порядке вещей, часть обычной жизни, значит, нельзя быть уверенным, что завтра этого не сделают со мной, нельзя расслабиться ни на минуту. Стресс истощает детскую психику, не дает сосредоточенно работать, не оставляет места учебной мотивации, любознательности, развитию способностей, творчеству.

Травля в классе, с которой взрослые не знают как справиться, дает педагогу опыт бессилия, отчаяния, заставляет усомниться в своих способностях и даже в призвании, а кого-то подталкивает к профдеформации, заставляя во всем обвинять детей или их семьи, а то и начать использовать групповое давление для «наказания неугодных».

Последствия травли крайне опасны для школы в целом, поскольку в разы увеличиваются риски насилия отчаявшейся жертвы над собой или над учителями и свидетелями. Иногда к насилию прибегают родители, отчаявшиеся иначе защитить своего ребенка. Как показывает опыт, в основе почти каждого случая с вспышкой насилия в школе лежит история травли. Несколько лет взрослые ничего не хотели замечать или ничего не смогли сделать, прежде чем в школе появился подросток с битой, топором или травматом.

**Если в школе есть травля, страдают все.
И бороться с ней нужно всем вместе.**

Что такое травля и с чем ее путают

Травля (буллинг, моббинг) – это вид группового эмоционального и/или физического насилия. Подвергая человека травле, над ним смеются, издеваются, его подчеркнuto игнорируют, оскорбляют, унижают, толкают, бьют, удерживают силой, отнимают, прячут и портят его вещи и т. д., причем все это делается систематически, группой или агрессором при поддержке группы.

Таким образом, есть три составляющие травли:

- 1) насилие в той или иной форме,
- 2) систематичность, постоянство, направленность на одного и того же человека,
- 3) или групповое действие, или действие при поддержке группы.

Помнить об этих составляющих важно, чтобы отличать травлю от того, что ей не является и не совершать ошибок, пытаясь с ней справиться.

1 Если кого-то из детей в классе не любят, у него нет друзей, его неохотно принимают в игру, но насилия в его адрес нет, это не травля, а непопулярность. При непопулярности человеку может быть обидно, грустно и одиноко. При травле ему страшно, он чувствует себя не в безопасности. Никто не может обещать каждому ребенку в классе, что он будет всем нравиться. Но безопасность, физическую и психологическую, школа обязана обеспечить каждому ученику.

Методы повышения популярности, такие, как дать ученику важную роль в спектакле, рассказать в классе о его увлечениях и успехах, обычно не помогают решить проблему травли, более того, могут вызвать усиление насилия. Травить успешно может оказаться еще заманчивее, а ребенок, поделившийся с недружелюбным классом своими увлечениями и мечтами, может стать еще более уязвим. С непопулярностью можно и нужно работать, но только после преодоления травли.

2 Если дети поругались или даже подрались, при этом сегодня этот стукнул того, а завтра наоборот, или только что они дрались, а теперь вместе играют в футбол, если они взаимодействуют на равных, это не травля, это конфликты. Вовсе избежать ссор и даже драк невозможно, и не стоит ставить такую цель, детям нужно научиться управлять со своей агрессией, отстаивать свои права, ссориться и мириться, и конфликты могут быть полезны для развития.

При травле нет смены ролей, нет равенства сторон конфликта, при травле одни всегда нападают, а другие всегда страдают. Травля не учит никого ничему хорошему, она не помогает развитию детей, а препятствует.

С конфликтами в школьном коллективе хорошо работают методы медиации. В ситуации травли медиация не работает, потому что в ее основе – равенство участников конфликта, их равное право на уважение и на отстаивание своих интересов. В травле равенства нет, это не конфликт интересов, это издевательство над слабым, и применять медиацию, в том числе выяснять у агрессоров, какие их интересы нарушила жертва и чем она их не устраивает, значило бы соучаствовать в травле. Когда взрослый говорит в ситуации травли «в ссоре всегда виноваты обе стороны», он предает пострадавшего и фактически заключает альянс с насильником.

3 Если один ребенок кого-то задирает, обижает, дразнит, а остальные его в этом не поддерживают, осуждают его действия, сочувствуют пострадавшим от нападок, это не травля, это проблема с агрессивным поведением конкретного ребенка. Иногда такая проблема решается быстро, иногда она может быть очень сложной, когда ребенок с нарушениями поведения буквально терроризирует класс. Но если группа сплачивается против агрессора, это не ситуация травли, каждый обиженный им чувствует себя членом группы, чувствует ее поддержку и защиту, он не становится отверженным и, хотя может получить синяки, психологически обычно в порядке. При травле, напротив, может не быть прямого физического ущерба, например, в случае игнорирования или издевок, но эмоциональный урон может быть очень тяжелым.

Дисциплинирование буллы (агрессора), выяснение причин его агрессивности или налаживание контакта с ним, чтобы он перестал обижать других, – важный, иногда длительный процесс. В случае травли работать только с одним буллой обычно бессмысленно, на место одного притихшего зачинщика группа выдвинет другого, или научится покрывать насильственные действия так, что взрослым трудно будет «поймать за руку» организаторов травли. В случае травли работать нужно с группой в целом.

Почему возникает травля?

Травля – групповое явление, это одна из форм поведения группы.

Дети в предпододростковом и подростковом возрасте проходят стадию освоения принадлежности группе. Им надо научиться быть членом группы, «своим среди своих», освоить групповую иерархию, научиться быть полезным группе, соблюдать групповые нормы и правила. Позже, в подростковом и юношеском возрасте, придет время учиться и противостоять группе, отстаивать свою индивидуальность, сопротивляться давлению, но в начальной и средней школе детям важнее быть принятыми в «своей стае», полностью ощущать принадлежность. Это возраст групповой лояльности и групповой сплоченности.

Но школьный класс как группа имеет характерные особенности. Это, во-первых, группа, созданная «сверху»: дети не выбирали быть друг с другом, их так распределили для удобства процесса обучения. Во-вторых, это группа, не имеющая общей позитивной цели. Каждый учится сам за себя, нет никаких общих для класса побед и поражений, нет того, чем весь класс мог бы заниматься, вместе координируя усилия и договариваясь о распределении ролей. В сегодняшней школе такая деятельность не принята и не приветствуется. К примеру, если дети организованно сбегают с урока, это будет проявлением хорошей групповой сплоченности и эффективной координации усилий, но вряд ли понравится педагогам и родителям.

Никто не слышал о травле в кружке робототехнике или театральной студии. Там, где дети собираются в группу добровольно и где они объединены общей увлекательной деятельностью, групповая динамика будет позитивной, даже конкуренции и конфликты в такой группе скорее будут работать на общий успех. Группа, которая не выбирала быть вместе и у которой нет общей позитивной цели, – то есть обычный школьный класс – испытывает внутренний конфликт: есть потребность в сплоченности, а повода для сплочения нет. Рано или поздно такая группа «откроет» для себя травлю. Оказывается, можно сплотиться ПРОТИВ кого-то, и, издеваясь над ним, почувствовать единство, принадлежность, чего и требуют задачи возраста. Участников травли охватывают особое упоение, удаль, веселье, эйфория. Потому что они – вместе. И с ними все ОК (не важно, что в это вкладывается: красивые, или умные, или модные, или бравые двоечники). Однажды испытал это чувство, хочется повторить его снова и снова. И остановиться очень сложно и страшно: вдруг ты перестанешь быть «правильным» членом группы и станешь изгоем. Чем больше ребенок неуверен в себе, чем больше зависит от оценки окружающих, тем более вероятно, что он будет активно участвовать в травле в роли «массовки».

Таким образом, травля – проблема группы, проявление групповой динамики. Детские коллективы оказываются перед ней беззащитны, если нет взрослого, который руководит психологической атмосферой в группе (про это известная повесть Голдинга «Повелитель мух»).

К сожалению, педагоги часто считают атмосферу в классе не своим делом. Или хотели бы что-то сделать, да не знают, что и как.

Нередко бывает, что учитель сам провоцирует травлю, не осознавая этого. Кому-то это кажется очень хорошим способом управлять детским коллективом. Кто-то просто не задумывается о том, какие последствия может иметь критика ребенка при всем классе, противопоставление «успешных всех» одному-двух, «тянущих класс назад, всех задерживающих». Если учителю несимпатичен ученик, он может вербально и невербально показывать это. Дети в начальной школе обычно очень лояльны учителю, они будут с готовностью подхватывать его отношение и «ставить на место» того, кого учитель представил как «не такого, как все».

Некоторые привычные практики буквально провоцируют травлю, но педагоги об этом не задумываются. Например, любимый учителями физкультуры способ скоротать урок – эстафета. Всем весело, учителю просто. Плохо неспортивным детям, которым достается за то, что «подвели команду». Если учитель никак это не отслеживает и не работает с этим, а наоборот, подогревает азарт, травля возникает очень легко.



Мы должны понимать, что дети не выбрали быть в классе, их распределили на группы взрослые для своего удобства. Значит, именно взрослые отвечают за обстановку в этих группах и за то, чтобы в них всем детям было безопасно и спокойно.

Чего не надо делать

Часто взрослые, сталкиваясь с травлей в детском коллективе, совершают типичные ошибки, которые приводят к тому, что ситуация травли консервируется или даже усугубляется. Итак, чего не надо делать в случае травли.

✘ 1. Ждать, что само пройдет

Само не проходит. У детей до подросткового возраста – точно. Позже есть небольшой шанс, что в группе найдутся достаточно авторитетные дети, не обязательно лидеры, которые вдруг увидят эту ситуацию не как привычную игру, а как жестокость и недостойное поведение и решатся заявить о своем видении. Это может если не полностью прекратить, то сильно уменьшить травлю. Но до примерно 12 лет детям сложно опираться на собственные моральные ориентиры и тем более идти против группового давления (это и взрослым дается непросто). Если взрослые не занимаются атмосферой в детской группе, травля сама по себе никуда не денется.

✘ 2. Искать причины и объяснения

Причин, по которым возникает травля много: и потребность возраста, и давление закрытой системы, и личные особенности детей, и недостаток опыта у педагогов, и фоновая агрессия в обществе. Все это очень важно и интересно, и безусловно стоит изучать и понимать. Но множество вполне объективно существующих причин не делают травлю приемлемой. Можно долго искать причины и факторы, вызывающие какую-то болезнь, но нельзя делать это вместо помощи тем, кто страдает уже сегодня. Травля в конкретном классе, от которой страдают прямо сейчас конкретные дети – не вопрос научных изысканий, это вопрос морали и прав человека. Издевательство недопустимо. Никакие особенности школы, общества, семей и детей не могут служить оправданием травли.

Если в голове взрослого такого твердого убеждения нет, остановить травлю

он не сможет. Он будет бесконечно рассуждать о том, какие дети, какие родители, какое общество, приводить примеры, чем дети, которых (или которые) травят, отличаются от других детей в классе и разводить руками: «Ну, они такие, что я могу поделаться!». И заниматься по сути поддержанием травли, ведь в ее основе как раз лежит этот прием: объявить кого-либо «не таким» и на этом основании выдать себе индульгенцию на насилие.

Кроме того, причины травли часто столь глобальны, что устранить их невозможно. Скажем, агрессию в обществе или насильственность и закрытость школьной системы мы вряд ли сможем преодолеть в обозримом будущем. Дети, обделенные любовью родителей и потому самоутверждающиеся за счет других, всегда были, есть и будут. Люди социальны и ориентированы на группу, задача возраста – пережить сплоченность.

Все это так, но это не значит, что надо терпеть травлю. Нет задачи устранить причины, есть задача обеспечить безопасность каждого ученика в школе, а для этого нужно изменить конкретное поведение конкретной группы детей.



3. Путать травлю и непопулярность

Об этом уже шла речь. Никто никому не обязан, чтобы его все любили и хотели с ним дружить. Не могут быть все одинаково популярны. Многим детям, кстати, и не нужна особая популярность в классе, они вполне без нее проживут. Они могут быть от природы интровертны, застенчивы или просто душой принадлежать не к этой, случайно собранной по административному признаку, а совсем к другой группе. Они хотят одного – безопасности. И имеют на нее полное право.

Суть травли – не в том, что кто-то кого-то не любит. Суть травли – насилие. Это групповое насилие, эмоциональное и/или физическое. И именно за это отвечает взрослый, которому доверена группа детей. За их защищенность от насилия. Популярность – это вопрос психологический. Групповое насилие – это вопрос нарушения прав.

Педагоги, сводящие все к непопулярности, часто искренне стараются исправить дело. Они обращают внимание группы на достоинства жертвы, пытаются повысить ее рейтинг особыми поручениями и т. д. И это все может сработать при одном условии: травля как насилие УЖЕ прекращена. Если нет – любые достоинства жертвы в глазах группы, захваченной азартом травли, будут мгновенно превращены в недостатки. Выиграл олимпиаду – «ботан». Помог кому-то – «подлиза». Нарисовал хорошо – «художник-мазила-мочи Левитана». В грязной атмосфере насилия не про-

бьются ростки интереса и уважения. Сначала надо провести дезинфекцию.

Эту ошибку, кстати, нередко поддерживают детские книжки и фильмы. Соверши подвиг, впечатли всех, и жизнь наладится. Если дело только в непопулярности – может быть. Если идет травля – нет. И даже может быть наоборот. Дети, которые стали успешны и известны благодаря спортивным победам, роли в кино или каким-то еще достижениям, могут много рассказать о школьной травле. Только в мелодрамах фото на обложке журнала означает признание в классе. В реальности это скорее принесет новые проблемы.



4. Считать травлю проблемой только жертвы

Конечно, явственно страдает именно жертва. Те, кто травит, прямо сейчас могут выглядеть очень довольными собой. Однако важно понимать, что страдают в результате все.

Страдает жертва, получившая опыт унижения, отвержения и незащищенности, травму самооценки, а то и нарушения эмоционального развития из-за долгого и сильного стресса.

Страдают свидетели, те, кто стоял в стороне и делал вид, что ничего особенного не происходит, и в это самое время получал опыт бессилия перед властью толпы и стыда за свое слабодушие, поскольку не решился вступить и поддерживал травлю из страха самому оказаться жертвой.

Страдают преследователи, получая опыт шакалов в стае, или опыт кукловода, опыт безнаказанности, иллюзию своей силы и правоты. Этот опыт приводит к огрублению чувств, отрезанию возможностей для тонких и близких отношений, в конечном итоге – к деструктивным, асоциальным чертам личности. Пиррова победа, которая потом обернется одиночеством и положением изгоя во взрослом коллективе, где никто уже не станет особо бояться такого «булли», а вот общаться с ним не захочет. Даже если он будет успешен и станет начальником, счастья в его жизни будем немного, носи он хоть сплошное «Прада», как известно.

Наконец, это все плохо для группы в целом, для ее эффективности, способности справляться с трудностями. Насилие – страшный пожиратель энергии, ни на что другое сил у группы уже не остается. В том числе и на учебу.

Это то, что важно доносить до родителей: если это не вашего ребенка травят – не думайте, что у вас нет повода для беспокойства. Не говоря уже о том, что тлеющая подолгу травля всегда прорывается вспышками настоящего насилия. И тогда абсолютно любой – в том числе и ваш – ребенок может оказаться «назна

чен» группой исполнить ее волю и «дать ему как следует». Он сам потом не сможет объяснить, почему так озверел и почему сделал то, что ему вовсе не свойственно. Ну, а дальше варианты. Либо он сам рискует совершить серьезное преступление, либо доведенная до отчаяния жертва даст отпор, и может произойти все что угодно.



5. Считать травлю проблемой личностей, а не группы

Это подход «все дело в том, что они такие».

Чаще всего приходится слышать, что жертва – «такая» (причем неважно, в негативном ключе: глупая, некрасивая, конфликтная или в позитивном: одаренная, нестандартная, «индиго» и т. д.).

«Козлом отпущения» может стать каждый. Это иллюзия, что для этого надо быть каким-то особенным. Очки (веснушки), толщина (худоба), национальность, дешевая одежда – все может стать основанием для объявления жертвы «не такой». Причина травли – не в особенностях жертвы, а в особенностях группы. Один и тот же ребенок может быть изгоем в одной группе и своим в другой. Или перестать быть изгоем в той же самой за короткий срок, скажем, после смены классного руководителя.

Так же не имеет смысла сводить причину травли к качествам тех, кто травит. Конечно, роль инициаторов травли часто берут на себя дети не самые благополучные внутренне. Но одних только их качеств недостаточно. Часто самые отъявленные травители, случайно оказавшись с жертвой вдвоем, например, на продленке, мирно с ней играют. А если учитель вмешивается и начинает активно работать с травлей, агрессоры иногда за считанные дни меняют свое поведение, хотя, конечно, они не могли бы так стремительно решить свои «внутренние проблемы» или повысить свой «культурный уровень».

Эта ошибка лежит в основе попыток преодолеть травлю путем «разговоров по душам» или «индивидуальной работы с психологом». С жертвой ли, с агрессорами ли. Травля, как любое застревание в деструктивной динамике – болезнь группы. И работать надо с группой в целом. Обсуждать происходящее, устанавливать новые правила. И только в этом контексте могут быть полезны разговоры с жертвой и обидчиками.

Пытаться решить проблему травли, решая личные проблемы действующих лиц, – все равно что пытаться решить проблему аварий на дорогах не разумными правилами дорожного движения и контролем за их исполнением, а развитием

у каждого отдельного водителя скорости реакции, вежливости и любви к ближнему. Одна из основных задач возраста в конце начальной и средней школе – разобраться в правилах общежития, научиться жить в социуме. И правила должны задавать взрослые.

Конечно, помогать детям решать внутренние проблемы тоже нужно, но это работа долгая и в ситуации актуальной травли невозможная обычно. Надо сначала прекратить травмирующее воздействие, а потом уж лечить.

6. Давить на жалость

Пытаться объяснить агрессорам, как жертве плохо и призывать посочувствовать. Не поможет чаще всего. Только укрепит их в позиции сильного, который хочет казнить, хочет милует. Обычно агрессоры потому и травят, что очень хорошо знают, каково жертве, и боятся оказаться на ее месте (скорее всего, уже там бывали: в своей семье или в другой группе). Жертву же педалирование ее страданий обидит, унижит или подкрепит ее беспомощность или ярость. Гораздо важнее «сломать игру», перевести фокус внимания с жертвы на правила игры, на неприглядность и недопустимость агрессии.

Логика травли состоит в том, что луч прожектора общего негативного внимания обращен на жертву, и она мечется в нем, как обреченный кролик в свете фар автомобиля. Поэтому любые разговоры о жертве подкрепляют травлю. Наша задача – перевести луч прожектора на саму травлю как явление, сделать мишенью насилия как таковое.

7. Принимать правила игры

Это самое важное, пожалуй. Ситуация травли сдвигает «точку нормы». Через какое-то время всем кажется, что так и надо, «таких» и надо травить, а как же иначе – ведь они «такие». Если не конфронтировать с самой идеей травли, ничего не получится.

Любая ситуация насилия провоцирует выбор: либо «меня бьют, потому что я слабый, и всегда будут бить», либо «меня бить не будут, потому что я сильный и бить буду я». При всей кажущейся разнице обе эти позиции сходны. Они обе базируются на одном и том же убеждении о том, как устроен мир. А именно: «сильный бьет слабого». И часто взрослые, пытаясь помочь, на самом деле подкрепляют эту картину мира.

Например, когда говорят пострадавшему: «подумай, в чем ты сам мог бы измениться», или «дай ему, чтоб неповадно было». По сути, ребенку сообщают вот что: «Мир устроен так, что в нем правит сила, и другого мира у нас для тебя нет. Ты можешь капитулировать перед насилием, предать себя и измениться так, как от тебя требуют («научись ладить с ребятами!»). Им виднее, каким ты должен быть, они сильны, а значит – правы. Или можешь наплевать на собственную безопасность («не бойся! дай отпор!») и озвереть, тогда тебя не тронут. Еще вариант: отрезать от себя чувства («не обращай внимания!») и научиться изображать лицом не то, что происходит внутри. По сути, взрослый во всех этих случаях солидаризируется с травлей как явлением и оставляет ребенка один на один с ней. Ребенок за всеми этими «Учись налаживать отношения» или «Дай сдачи» слышит: «Тебя никто не защитит, даже не надейся. Справляйся сам, как знаешь»

Поэтому нужно идти на конфронтацию, но не конфронтацию с конкретными детьми, а конфронтацию с правилами игры по которым сильный имеет право бить слабого. С травлей как насилием, как болезнью, отравой, моральной ржавчиной. С тем, чего не должно быть. Что нельзя оправдывать, от чего ЛЮБОЙ ребенок должен быть защищен – и точка.

Без конфронтации здесь невозможно, уговоры не помогут, медиация и «командообразование» тоже.

Что можно сделать



1. Присвоить проблему

Любая проблема решается только тогда, когда есть тот, кто ее решает, кто берет на себя ответственность. Если взрослые будут разводить руками и говорить «ну, что поделать, такие сейчас дети», ничего не изменится.

Кто может быть ответственным? Мы помним, что травля – болезнь группы, значит, работать с ней должен тот человек, который общается с группой и руководит ей, кто может задавать правила игры. То есть учитель, классный руководитель. Иногда это может быть кто-то из руководства школы, например, заместитель директора по воспитательной работе, но обычно это возможно в школах не очень

большого размера, где все всех знают и школа воспринимается как одна большая группа. В идеале весь педагогический коллектив должен иметь общий взгляд на проблему травли и всем должны быть известны алгоритмы согласованных действий в случае, когда кто-то заметил в одном из классов травлю. Чем более единую, согласованную профессиональную реакцию взрослых получает детская группа, тем быстрее разрешается проблема. Чтобы победить зарождающуюся травлю, иногда достаточно пяти минут. А запущенные случаи могут отравлять жизнь в классе годами.

Часто в школах пытаются решение проблемы травли переложить на школьных психологов. Но психолог не работает с классом как с группой, он не может исправить плохие правила жизни в этой группе. Это может сделать только учитель. А психолог как раз может помочь в этом учителю: разработать вместе стратегию действий, обсудить, что получается, да и просто поддержать педагога в процессе работы. При этом стоит работать с теми взрослыми, кто готов взять ответственность, тем, кто все валит на детей и «агрессию в обществе», психолог помочь не сможет.

Психолог может также индивидуально работать с детьми: эмоционально поддержать пострадавших и помочь им осмыслить болезненный опыт, чтобы не тащить его в дальнейшую жизнь; работать с агрессорами, искать причины их поведения, работать с их семейной ситуацией. Он может после преодоления травли провести с детьми занятия для сплачивания группы. Но все это будет полезно только после или одновременно с изменением с работой с группой, которую проводит педагог.



2. Назвать явление

Никаких «У Пети Смирнова не ладится с одноклассниками». Когда ребенка намеренно доводят до слез, согласованно и систематически дразнят, когда отбирают, прячут, портят его вещи, когда его толкают, щипают, бьют, обзывают, подчеркнуто игнорируют – это называется «травля». Насилие. Пока не назовете происходящее своим именем, ничего не получится сделать. Неназванную проблему решать невозможно.

Не менее важно назвать явление самим детям. Дети часто не осознают, что именно делают. У них в голове это называется «мы его дразним» или «мы так играем» или «мы его не любим». Мальчики, которых застали за перекидыванием рюкзака одноклассника, со слезами мечущегося между ними, могут сказать: «мы просто играли». Нет, это не игра. Игра – это когда весело **ВСЕМ**. И когда **ВСЕ** играют добровольно. Девочки, которые издевательски копируют или комментируют внеш-

ность одноклассницы, могут сказать: «Мы просто так шутим». Нет, это не шутка. Шутка не имеет целью причинить кому-то боль. Шутка – это когда весело ВСЕМ, в том числе тому, про кого шутят. Дети должны услышать это от взрослого: то, что вы делаете – не невинная забава, не игра и не шутка, это травля, это насилие, и это недопустимо.

Описывая ситуацию с точки зрения жертвы, важно не давить на жалость. Ни в коем случае не «представляете, как ему плохо, как он несчастен?». Только: как было бы ВАМ в такой ситуации? Что чувствовали бы ВЫ? И если в ответ идут живые чувства, не злорадствовать и не нападать. Только сочувствие: да, это всякому тяжело. Мы люди и нам важно быть вместе.



3. Дать однозначную оценку травле

Люди могут быть очень разными, они могут нравиться друг другу больше или меньше, но это не повод травить и грызть друг друга, как пауки в банке. Люди на то и люди, что они способны научиться быть вместе и работать вместе, используя свои различия для общего успеха. Даже если они очень-очень разные и кто-то кому-то кажется совсем неправильным. Можно привести примеры, что нам может казаться неправильным в других людях: внешность, национальность, реакции, увлечения и т. д. Привести примеры, как одно и то же качество в разные времена и в разных группах оценивалось по-разному.

Конечно, все это получится, только если сам взрослый так искренне считает. Если нет, он прочтет нотацию, дети почувствуют фальшь и все останется как было. Поэтому хорошо бы педагогу сначала спросить себя о своем отношении к другим и непохожим.



4. Обсуждать травлю как проблему группы

Когда людям предъявляют моральное обвинение, они начинают защищаться. В этот момент их не интересует, правы они или нет, главное – оправдаться. Дети не исключение. Особенно дети – зачинщики травли, потому что очень часто они абсолютно неспособны переносить стыд и вину. И они будут драться за свою роль «самых-самых». То есть в ответ на называние травли насилием, начнется: «А чего он? А мы ничего... А это не я. А это он сам». Понятно, что толку от обсуждения в таком ключе не будет.

Поэтому не надо спорить о фактах, выяснять, кто именно что и т. д. Нужно дать понять, что вы знаете, что происходит, что не намерены с этим мириться и обозначить травлю как болезнь группы. Вот если человек не моет руки, он может подхватить инфекцию и заболеть. А если группа использует грязные способы общения, она тоже может заболеть – травлей. Это очень грустно, это всем вредно и плохо. И давайте-ка вместе срочно лечиться, чтобы у нас был здоровый, дружный класс. Это позволит зачинщикам сохранить лицо и даже предоставит им возможность хотя бы попробовать примерить роль позитивной «альфы», которая не обижает других, а заботится о группе. И, что особенно важно, это снимает противопоставление между жертвами-насильниками-свидетелями. Все в одной лодке, общая проблема, давайте вместе решать.

С детьми постарше можно посмотреть и обсудить «Повелителя мух» Голдинга или (лучше) «Чучело» Железникова. С младшешкольниками можно посмотреть «Гадкого утенка» Гарри Бардина.



5. Активизировать моральное чувство и сформулировать выбор

Результат не будет прочным, если дети просто примут к сведению формальные требования учителя. Задача – вывести их из «стайного» азарта в осознанную позицию, включить моральную оценку происходящего.

Можно предложить детям оценить, каков их вклад в болезнь класса под названием «травля». 1 балл – это «я никогда в этом не участвую», 2 балла – «я иногда это делаю, но потом жалею», 3 балла – «травил, травлю и буду травить, это здорово». Пусть все одновременно покажут на пальцах – сколько баллов они поставили бы себе? Обычно «три» сам себе никто не ставит. Только ни в коем случае нельзя пытаться уличить: нет, на самом деле ты травмишь. Наоборот, лучше сказать: «Как я рад, у меня от сердца отлегло. Никто из вас не считает, что травить – это хорошо и правильно. Даже те, кто это делал, потом жалели. Это замечательно, значит, нам будет нетрудно вылечить свой класс».

Если группа очень погрязла в удовольствии от насилия, конфронтация может быть более жесткой. Например, можно перечитать с детьми сказку «Гадкий утенок», тот отрывок, в котором описана травля утенка другими птицами, и сказать примерно следующее: «Обычно, читая эту сказку, мы думаем о главном герое, об утенке. Нам его жаль, мы за него переживаем. Но сейчас я хочу, чтобы мы подумали о вот этих курах и утках. С утенком-то все потом будет хорошо, он улетит с лебедями. А куры и утки? Они так и останутся тупыми и злыми, неспособными ни сочувст-

зовать, ни летать. Когда в классе возникает похожая ситуация, каждому приходится определиться: кто он-то в этой истории. Неужели среди вас есть желающие играть роль тупых злобных кур? Каков ваш выбор?».

Этот же прием может помочь родителям осознать, что если травят не их ребенка, а наоборот, это тоже очень серьезно. Их дети находятся в роли участников травли, а такие роли присыхают так крепко, что начинают менять личность. Они этого хотят для своих детей?



6. Сформулировать позитивные правила жизни в группе и заключить контракт

До сих пор речь шла о том, как не надо. Ошибкой было бы остановиться на этом, потому что, запретив детям прежние способы реагировать и вести себя и не дав других, мы провоцируем стресс, растерянность и возвращение к старому.

Момент, когда прежняя, «плохая» групповая динамика прервана, раскрутка ее губительной спирали прекращена, – самый подходящий, чтобы запустить динамику новую. И это важно делать вместе.

Достаточно просто вместе с детьми сформулировать правила жизни в группе. Например: «У нас никто не выясняет отношения кулаками. У нас не оскорбляют друг друга. У нас не смотря спокойно, как над кем-то издеваются – это немедленно прекращают». Правила выписываются на большом листе и за них все голосуют. Еще лучше – чтобы каждый поставил подпись, что обязуется их выполнять. Этот прием называется «заключение контракта», он прекрасно работает в терапевтических и тренинговых группах для взрослых, и с детьми тоже вполне эффективен. Если правила кто-то нарушает, ему могут просто молча указать на плакат с его собственной подписью.



7. Поддержка позитивных изменений

Очень важно чтобы взрослый, который взялся решать проблему травли, не бросил это дело. Он должен регулярно спрашивать, как дела, что удается, что трудно, чем помочь. Можно сделать «счетчик травли», какой-нибудь сосуд или доску, куда каждый, кому сегодня досталось или кто видел что-то, что было похоже на насилие, может положить камешек или воткнуть кнопку. По количеству камешков определяется, хороший ли сегодня был день, лучше ли на этой неделе, чем на прошлой и т. д. Можно ставить спектакли, сочинять сказки и делать коллажи про «хронику вы-

здоровления», сделать «график температуры» и т. д.

Суть в том, что группа постоянно получает заинтересованный интерес от авторитетного взрослого и по-прежнему считает победу над травлей своим общим делом.



8. Гармонизировать иерархию

Вот теперь пора думать про популярность. Про то, чтобы каждый имел признание в чем-то своем, мог предъявить себя группе, быть полезным и ценным в ней. Праздники, конкурсы, смотры талантов, походы, экспедиции, игры на командообразование – арсенал богатый. Чем дольше группе предстоит прожить в этом составе, тем этот этап важнее.

Признак гармоничной групповой иерархии – отсутствие жестко закрепленных ролей «лидеров» и «массовки», гибкое перетекание ролей: в этой ситуации лидером становится тот, в той – другой. Один лучше всех рисует, другой шутит, третий забивает голы, четвертый придумывает игры. Чем больше разнообразной и осмысленной деятельности, тем здоровее группа.

Трудно ли остановить травлю?

И да, и нет.

У уверенного в себе взрослого с осознанной собственной моральной позицией, имеющего хороший контакт с детьми, это может занять несколько минут. Ему достаточно, увидев травлю в самом начале, выразить детям свое неприятие этой ситуации, и все немедленно стихнет. Если ситуация уже существует давно и запущена, понадобится больше внимания и усилий, возможно, понадобятся новые знания или помощь коллег, но результат обязательно будет.

И наоборот, если взрослый, работающий с детской группой, не берет на себя ответственность или, тем более, в глубине души согласен с системой правил, в которой «не таких» можно травить, ситуация может сохраняться годами, пока не выплеснется в трагедию или дети не уйдут из класса, унося в дальнейшую жизнь опыт насилия.

Все зависит от позиции взрослых. От того, какие правила приняты в школе и классе – не формальные правила, написанные на стенке, а настоящие, разделяемые в глубине души. Если коллектив школы решает, что травля неприемлема, он обязательно с ней справится.



ТРАВЛИНЕТ.РФ

**Методические рекомендации
"Создание психологически комфортной,
безопасной среды в образовательной
организации"**



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН
ГАОУ ДПО «ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН»

СОЗДАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИ КОМФОРТНОЙ, БЕЗОПАСНОЙ СРЕДЫ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Казань, 2020

ТА1ССР

ПРАЗДНОВАНИЕ 100-ЛЕТИЯ
ТАТАРСКОЙ АССР

ТАТАРСТАН АССР ТӨЗЕЛҮНӨҢ
100 ЕЛЛЫГЫН БӘЙРӘМ ИТҮ

1920-2020

 **ПОБЕДА!**
1945–2020

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН
ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН»

СОЗДАНИЕ
ПСИХОЛОГИЧЕСКИ КОМФОРТНОЙ,
БЕЗОПАСНОЙ СРЕДЫ
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Методические рекомендации

Казань
2020

Печатается по решению Ученого совета ГАОУ ДПО ИРО РТ
Под общей редакцией Нугумановой Л.Н.,
ректора ГАОУ ДПО ИРО РТ, д-ра пед. наук
Яковенко Т.В., проректора по научной и инновационной
деятельности, канд. пед. наук

Автор-составитель:

Башлай Э.Х., научный сотрудник лаборатории воспитания, дополнительного образования и профилактики асоциального поведения ГАОУ ДПО ИРО РТ

Научные рецензенты:

Драганова О.А., доцент, главный внештатный педагог-психолог Липецкой области, директор Г(О)БУ Центр «Семья» г. Липецка, канд. психол. наук

Шаехов М.Р., заведующий лабораторией воспитания, дополнительного образования и профилактики асоциального поведения ГАОУ ДПО ИРО РТ, канд. филол. наук

Создание психологически комфортной, безопасной среды в образовательной организации: метод. рекомендации / авт.-сост. Башлай Э.Х. — Казань: ИРО РТ, 2020. — 111 с.

Создание безопасной, психологически комфортной образовательной среды — одна из центральных задач современной школы. Автор уделяет внимание созданию условий в образовательной организации, на уроке, во взаимодействии с педагогами и сверстниками для комфортного пребывания ребенка в школе.

В методических рекомендациях приводятся советы по профилактике буллинга в образовательной организации, какие действия нужно предпринять директору, чтобы педагоги смогли своевременно предотвратить это явление в школе. Пособие адресовано руководителям образовательных организаций, педагогам, классным руководителям и другим категориям педагогических работников, может быть рассмотрено в качестве рекомендаций для профилактики суицидального поведения подростков.

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	4
ГЛАВА 1.....	10
§ 1. Основные положения и подходы к характеристикам образовательной среды.....	10
§ 2. Агрессия и буллинг в школьной среде. природа (причины) агрессивного поведения подростков.....	17
§ 3. Предупреждение буллинга в образовательной организации как необходимое условие создания безопасной, психологически комфортной образовательной среды и профилактики подросткового суицида.....	30
ГЛАВА 2.....	51
§ 1. Роль классного руководителя в создании психологически комфортной, безопасной образовательной среды	51
§ 2. Методические рекомендации по преодолению трудностей и решению педагогических проблем в профессиональной деятельности классного руководителя	60
§ 3. Профессионально-педагогические компетенции классного руководителя в современной школе	66
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЕ ССЫЛКИ	73
ЛИТЕРАТУРА	74
ПРИЛОЖЕНИЕ	76

ВВЕДЕНИЕ

С началом образовательной деятельности ребенок имеет широкий спектр возможностей для личностного и интеллектуального развития, а также множественные риски по отношению к своему физическому и психологическому здоровью. Школьная жизнь ребенка дает достаточно поводов для того, чтобы испытывать состояние беспокойства, напряжение и стресс: несоответствие требований возможностям ученика, чрезмерные, постоянно увеличивающиеся нагрузки, несоблюдение физиолого-гигиенических требований к условиям обучения, конфликты, низкий уровень сплоченности классного коллектива и др.

Уровень психологической безопасности образовательной среды школы оказывает влияние на показатели субъективного благополучия школьников, а именно на потребность в творческой самореализации, состояние напряженности, самооценку, активность, способность к рефлексии, познавательную мотивацию. Одним из существенных условий развития детей в образовательной среде школы является такая система организации деятельности учителя и учащихся, которая обеспечивала бы им комфортное состояние на уроках и положительное отношение к учению. В этом контексте на передний план выдвигаются критерии эмоционального благополучия ребенка.

Психологическая безопасность образовательной среды — необходимое условие для полноценного пребывания ребенка в школе и возможности удовлетворить образовательные потребности, в том числе в социальной адаптации. Психологическая комфортность образовательной среды — это состояние, возникающее в процессе жизнедеятельности человека, которое указывает на чувство радости, удовольствия, удовлетворения; это условия жизни, при которых любой человек чувствует себя спокойно, ему нет необходимости от кого-либо защищаться. Проводимые много лет исследования показали, что образовательная среда неизменно является фактором, вызывающим у школьника, наряду с радостью познания и общения со сверстниками и учителями, страх, подавленность, ожидание неприятностей.

Внимание к проблеме формирования психологически безопасной образовательной среды обусловлено несколькими объективными причинами. Во-первых, наблюдается рост числа противоправных, ненормативных поступков, совершаемых подростками в образовательной организации, от открытого конфликта, травли до совершения физического насилия над отдельными учениками. Во-вторых, рост требований к качеству образования создает напряженность в отношениях

между педагогами и детьми и приводит к авторитарному, директивному стилю взаимоотношений в системе учитель — ученик. Постоянно возрастающая конкуренция и конкурс результатов ЕГЭ и аттестатов при поступлении в вуз — все это уменьшает способность образовательной среды быть безопасной.

И.А. Баева дает определение психологической безопасности в следующих аспектах:

- как система межличностных отношений, вызывающих у участников ощущение принадлежности к референтной значимой среде;
- как состояние образовательной среды, в котором отсутствует психологическое насилие во взаимодействии, которое способствует удовлетворению потребностей в общении личностно-доверительного плана;
- как система мер, которые направлены на предотвращение угроз для устойчивого развития личности.

Одним из показателей психологической безопасности образовательной среды школы, обеспечивающим состояние психического здоровья ее участников, является защищенность от насилия во взаимодействии. Психологическое насилие является исходной формой любого вида насилия, труднее всего формализуется и не имеет четких границ. Психологическое насилие по отношению к ребенку может выражаться в неприятии и критике ребенка, в публичных оскорблениях и унижении его достоинства, обвинениях, угрозах, проявляющихся в словесной форме без физического насилия, преднамеренной физической или социальной изоляции, предъявлении чрезмерных требований, не соответствующих его возрасту и возможностям. Рост насилия в педагогической среде связан с возрастанием насилия и агрессивности в обществе в целом, с низким культурным уровнем и морально-этическим воспитанием, а иногда отсутствием такового у отдельных школьников.

В подростковом возрасте дети очень ранимы и болезненно реагируют на критику и замечания по поводу внешности, способностей, выбора друзей и интересов. В протест — самоповреждение как способ привлечь к себе внимание, настоять на своем или заглушить физической болью душевные переживания. Конфликты с родителями и с педагогами, неумение решать проблемные ситуации, отсутствие опыта принятия правильных и самостоятельных решений приводят к возникновению внутреннего конфликта и желания закрыться от внешнего мира. Неудовлетворенная потребность в общении со взрослыми (родителями и педагогами), в помощи, понимании и поддержке приводит к тому, что подростки отказываются рассказывать взрослым о своих проблемах и источниках глубинных личностных переживаний. Страх, что социум узнает о проблеме, страх «навешивания» ярлыков,

страх, что никто и никогда не поймет его по-настоящему, приводит к полной «закрытости» от взрослых и поиску поддержки среди сверстников. Подросток отвергает того, кто «читает нотации», «подавляет инициативу и мнение», «не видит в подростке личность», не понимает его проблемы, не пытается общаться на равных, использует авторитарность и жесткую директивность.

Почему дети редко обращаются за помощью к администрации образовательной организации, педагогам и классному руководителю?

1. Не хотят, чтобы сверстники думали о школьнике как о слабохарактерном человеке.
2. Не верят, что кто-то сможет реально помочь и заступиться за ученика в школе.
3. Дети уверены, что педагог не сможет объективно разобраться в конфликтной ситуации между учениками.
4. Дети убеждены, что администрация школы обязательно примет сторону учителя, поддержит действия учителя, а ученик останется виноватым, даже если он будет жертвой и реально пострадает.
5. Дети не обращаются за помощью, потому что об этом могут узнать родители, которых нельзя расстраивать (например, если воспитанием занимается одна мама).

Сложность формирования межличностных отношений в педагогическом процессе объясняется объективными и субъективными причинами: продолжающийся процесс формирования моральных и нравственных качеств у детей и подростков, доминирование у них эмоциональной сферы, импульсивности, инфантильности (вследствие процессов физиологического развития, полового созревания, переживания подросткового кризиса и др.).

А.В. Карпов в своих трудах отмечал, что психика — «слепок» внешнего мира и чем лучше этот слепок, тем лучше человек приспособлен к реальности. Известный американский психолог Альберт Бандура утверждал, что поведение человека не управляется только некими внутренними, психическими силами или только влиянием внешней среды — все факторы взаимосвязаны.

Актуальность проблемы формирования комфортной и безопасной среды обусловлена тем, что современные дети живут в ситуации, когда максимум стресса и минимум социальной поддержки, и испытывают два вида кризиса: нравственный и мировоззренческий. Мировоззренческий кризис выражается в настроении школьников, мировосприятии, реагировании на требования педагогов и родителей, систему отношений со сверстниками и общий негативный психоэмоциональный фон. Известно, что многие подростки и молодежь формируют свои взгляды и убеждения под прямым влиянием сети Интернет,

СМИ, деструктивных сообществ, негативного примера сверстников, модели поведения родителей.

Исследуя проблему взаимодействия личности с окружающей средой, К. Левин предлагает различать физическую и психологическую среду. Согласно «теории поля» К. Левина, психологическая среда включает в себя не только представление человека о себе в настоящем («психологическое настоящее»), но и переживания себя в прошлом и будущем («психологическое прошлое», «психологическое будущее»).

При взаимодействии человека со средой решающее значение имеет не сама реальность с ее событиями, явлениями, поступками и отношениями людей, а именно «психологическая реальность» личности, то, как она воспринимает происходящие события, как их интерпретирует.

Психическое здоровье современных детей зависит от той культурной социальной среды, в которой проходит дошкольное и школьное детство. Поэтому педагогу важно понимать ответственность за уровень развивающей эффективности среды, ее адекватность для каждого возрастного периода.

Психологическая безопасность среды и личности неотделимы друг от друга, они представляют собой модель нормального функционирования и устойчивого развития человека во взаимодействии со средой. Обеспечение психологической безопасности образовательной среды может выступать одной из центральных задач службы психологического сопровождения в школе.

Новое качество образования может быть достигнуто лишь при создании определенных условий, направленных на сохранение и укрепление здоровья обучающихся. Все это требует от педагогов (классного руководителя) особых подходов в образовании и воспитании, основанных на принципах здоровьесбережения. Знания по сохранению и развитию здоровья являются важной составляющей профессиональной компетентности современного учителя, который должен обладать широким спектром здоровьесберегающих образовательных технологий, чтобы иметь возможность выбирать те из них, которые обеспечат в данных определенных условиях успех конкретного обучающегося.

У эффективного классного руководителя должен быть план развития класса, в котором нет набора мероприятий, а есть система взаимосвязанных событий, направленных на решение педагогических задач. Планирование — это помощь классного руководителя самому себе и коллективу класса в рациональной организации деятельности. Назначение плана — упорядочение педагогической деятельности, обеспечение планомерности, системности, управляемости и преем-

ственности. Руководство классом может быть признано управленческой деятельностью, результаты которой проявляются в организованности, сплочённости, консолидации и целенаправленности совместной деятельности педагогов и учащихся. Косвенное воздействие на воспитанника через коллектив А.С. Макаренко назвал параллельным педагогическим действием. Чтобы преодолеть какой-то недостаток в поведении ученика, воспитатель не обращается к нему непосредственно, а организует воздействие коллектива. Воздействие через коллектив имеет то преимущество, что, воспитывая своих членов, коллектив и сам воспитывается.

И.Ю. Шустова показывает, что традиционные понятия коллектива и группы недостаточны для описания современной «среды совместного обитания» школьников. Она предлагает использовать существующее в психологии словосочетание «событийная общность», в котором соединяется тема коллективности и тема событий. Классный руководитель должен ежедневно координировать все процессы, происходящие в классе, необходимо быть открытым для общения и взаимодействия с родителями, а также требуется стать детям и другом, и помощником, не утратив при этом учительского авторитета. Отзывчивость, умение найти подход к ребёнку, заинтересованность в успехе каждого ученика — именно эти качества классного руководителя высоко оценивают родители.

Воспитательная работа в школе должна опираться на принцип взаимной ответственности при создании воспитывающей, безопасной психологически комфортной образовательной среды.

Современному классному руководителю нужно быть диагностом — предвидеть риски, поджидающие ребёнка за школьным порогом, и работать на опережение, прогнозировать возможные поведенческие проблемы отдельных школьников и своевременно проводить профилактическую работу. Классный руководитель, признавая социокультурную ценность детства и уважая права и интересы ребёнка, должен считать задачи его воспитания и личностного развития и безопасности приоритетными.

К.Д. Ушинским была замечена прямая зависимость качеств личности педагога и продуктивности воспитательного процесса. Он отмечал, что только через личность происходит формирование личности и через характер педагогов складывается характер воспитанника.

Классный руководитель современной школы должен владеть не только информацией об интеллектуальном потенциале своих учеников, но и всем спектром индивидуальных проблем в физиологической, психологической и социальной сфере. Эффективность обеспечения качества жизни школьника в образовательном пространстве будет зависеть от способности классного руководителя осуществлять педаго-

гическую помощь, поддержку и сопровождение, что позволит создать ему благоприятный психологический климат как в общении с отдельным ребенком, так и с классом в целом.

Безопасную атмосферу в школе создают правила и традиции школы. Их целью является желаемые чувства (настроения) у большинства детей, а именно:

а) чувства: «я могу быть здесь», «здесь безопасно», «я чувствую защищенность», «мне ничто не угрожает»;

б) чувства: «мне нравится», «мне интересно», «здесь происходят важные для меня вещи», «здесь хорошие отношения»;

в) чувства: «меня замечают и уважают», «я получаю признание и справедливую оценку», «я — кто-то ценный», «я чувствую заинтересованность во мне, как личности, а не просто школьнике»;

г) чувства: «я вижу перспективу и понимаю, как сегодняшние задачи связаны с моим будущим», «я вижу, что я должен делать», «я согласен с поставленными задачами».

Образовательная среда существует как определенная социальная общность, развивающая совокупность человеческих отношений в контексте конкретной социокультурно-мировоззренческой адаптации человека к миру, а мира — к человеку.

ГЛАВА 1

§ 1. ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ И ПОДХОДЫ К ХАРАКТЕРИСТИКАМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ

В истории педагогики проблема формирующего влияния среды на развитие человека отражена в исследованиях философов и ученых-педагогов преимущественно в аспекте анализа роли и значения среды в воспитании ребенка (Ф.А. Дистервег, А.Ф. Лазурский, П.Ф. Лесгафт, Л.Н. Толстой, К.Д. Ушинский, С.Т. Шацкий и др.).

В России идея воспитания средой актуализировалась в 20-е годы XX века. Исследователи этого периода выделяли окружающую среду в качестве существенного фактора социального воспитания и считали, что окружающая среда оказывает непосредственное влияние на воспитание детей (А.А. Богданов, К.Н. Венцель, Л.С. Выготский, А.К. Гастев, С.Т. Шацкий, Ф.И. Шмидт). В начале XXI века заметно возрос интерес исследователей к феномену среды в связи с проблемами социализации и социальной адаптации.

Понятие «среда» не имеет четкого и однозначного определения в мире науки и в самом общем смысле понимается как окружение. В.А. Ясвин выделяет ряд терминов, используемых наряду с понятием «среда»: «среда человека», «среда людей», «человеческая среда», «окружающая среда», «жизненная среда», «человеческое окружение» и др.

В большинстве зарубежных исследований образовательная среда описывается в терминах «эффективности школы» как социальной системы — эмоционального климата, личностного благополучия, особенностей микрокультуры, качества воспитательно-образовательного процесса.

Авторы, разрабатывающие данную проблему, вводят самые разнообразные критерии описания образовательной среды:

- демократичность — авторитарность отношений,
- активность — пассивность учащихся,
- творческий — репродуктивный характер передачи знаний,
- узость — богатство культурного содержания и др.

Образовательную среду можно рассматривать как подсистему социокультурной среды, как совокупность исторически сложившихся факторов, обстоятельств, ситуаций и как целостность специально организованных педагогических условий развития личности ученика.

Структурными компонентами образовательной среды являются внутренняя направленность школы, психологический климат, социально-психологическая структура коллектива, психологическая организация передачи знаний, психологические характеристики учащихся. Образовательная среда как объект психологического анализа может выступать в качестве:

- факта обучения и развития учащегося (она есть, но никакого влияния на развитие учащегося не оказывает);
- фактора обучения и развития учащегося;
- условие обучения и развития, когда образовательная среда представляет собой совокупность возможностей для обучения учащихся, а также для проявления и развития его способностей;
- средство обучения и развития учащегося.

В предмет экспертизы образовательного учреждения входит оценка образовательной среды:

- пространственно-предметный компонент (помещение, оборудование и т.д.)
- социальный компонент (пространство межличностного взаимодействия между учащимися, педагогами, психологами, администрацией и родителями, типы этого взаимодействия);
- психодидактический компонент (рефлексивная оценка психологических и дидактических оснований определения целей, содержания и методов обучения, в том числе на материале авторских образовательных программ).

Для оценки образовательной среды и ее компонентов рассматривают:

- развивающий эффект (развитие физических, познавательных, творческих и других способностей);
- экологичность (обучение и развитие не в ущерб физическому, психологическому и психическому здоровью) и др.

Анализ образовательной среды на уровне социального взаимодействия предполагает, что не существует заранее заданного сочетания показателей, которые бы количественно определяли более или менее «эффективную школу», поскольку каждая школа уникальна и одновременно является «сколком общества» [1].

Психологическая составляющая образовательной среды — это характер общения субъектов образовательного процесса, на фоне которого реализуются потребности, возникают и разрешаются межличностные и групповые конфликты.

Одной из существенных психологических опасностей в образовательной среде является неудовлетворение важной базовой потребности в личностно-доверительном общении и, как следствие, склон-

ность к деструктивному поведению, негативное отношение к обучению и школе, нарушение психического и физического здоровья.

Сегодня школа преобразуется в новую образовательную среду, индивидуальное образовательное пространство ребенка как «мир» его взросления. В связи с этим необходимо создавать условия не только для качественного образования, но и для качества пребывания ребенка в школе, восприятия им всех аспектов образовательного пространства в совокупности «внеурочной», «урочной» сфер и прочих его компонентов.

Различные подходы к пониманию образовательной среды

№	Автор, год	Основные положения теории
1.	1919 г. Я.А. Корчак	В главной педагогической работе Я. Корчака «Как любить ребенка», впервые изданной в 1919 году в Варшаве, дается характеристика четырех типов «воспитывающей среды»: «догматической», «идейной», «безмятежного потребления» и «внешнего лоска и карьеры».
2.	1930 г. А.С. Макаренко Автор теории воспитания личности в коллективе, которая была доминирующей в советской педагогике в 1980 году.	Макаренко подчеркивал значение самоуправления воспитанников как фактора решающего воспитательного воздействия на детей. «Понимание коллектива предопределяло вопрос о месте личности в коллективе в системе общественных отношений». «Знание воспитанника должно прийти к воспитателю не в процессе безразличного его изучения, а только в процессе совместной с ним работы и самой активной помощи ему». Решающим принципом воспитания А.С. Макаренко было обеспечение активной позиции каждой личности в деятельности значимой, связанной с актуальными мотивами.
3.	1953 г. В.А. Сухомлинский Один из первых, кто заговорил о гуманизме в советской педагогике.	Основные положения педагогической этики В.А. Сухомлинского включают в себя грамотное взаимодействие всех учителей. «Демократизм, несовместимый с безоговорочным подчинением. От того, какое отношение к себе сможет воспитать школа, зависит сила ее воздействия».

		<p>на самое чуткое, самое восприимчивое поколение.</p> <p>Школа — сосредоточение добрых чувств, тонких переживаний, радужных воспоминаний о детстве».</p>
4.	1956 г. Л.С. Выготский	<p>«Опыт ученика всецело и без всякого остатка определяется социальной средой. И если учитель бессилён в непосредственном воздействии на ученика, то он всемогущ при непосредственном влиянии на него через социальную среду. Воспитание осуществляет собственный опыт ученика, который всецело определяется средой, и роль учителя при этом сводится к организации и регулированию среды». Согласно Выготскому, учитель может целенаправленно воспитывать детей лишь при постоянном сотрудничестве с ними, с их средой, с их желаниями. Л.С. Выготский не признавал наличия особой, отдельной реальности, в которую включены лишь «учитель — ребенок», он постоянно выделял и исследовал их динамичную социальную среду.</p>
5.	1995 г. О.С. Газман	<p>При разработке концепции педагогической поддержки О.С. Газман исходил из того, что развитие ребенка протекает наиболее успешно тогда, когда возникает гармония двух различных процессов — социализации и индивидуализации.</p> <p>Первый процесс способствует усвоению ребенком принятых в обществе ценностей, норм и способов поведения и деятельности (формирование в растущем человеке социально-типичного), а второй — становлению его индивидуальности (развитие индивидуально-неповторимого в конкретном человеке).</p>
6.	1997 г. С.Д. Дерябо	<p>С.Д. Дерябо представляет диагностический пакет методик для изучения развивающего эффекта авторских проектов образовательных сред. Программа диагностики основывается на представлении</p>

		<p>о том, что любая образовательная среда должна способствовать сохранению и укреплению здоровья учеников, развитию их познавательной и личностной сферы.</p> <p>В соответствии с этим положением, общий показатель развития личности каждого ученика и класса в целом складывается из трех оценок: состояния здоровья, развития познавательной сферы и развития личностной сферы. Показатель по каждой сфере в отдельности складывается из ряда оценок, получаемых с помощью тестов, а также на основе ведомостей по успеваемости, данных медицинских обследований.</p> <p>Общий показатель развития личности ученика складывается из трех оценок:</p> <ul style="list-style-type: none"> - состояния соматического здоровья; - развития познавательной сферы; - развития личностной сферы.
7.	2000 г. И.Д. Демакова	<p>Детская среда при всей ее высокой значимости всегда ориентирована на мир взрослых, на взрослого, задающего круг деятельности, приобщающего к социуму.</p>
8.	2001 г. В.А Ясвин В.А Ясвин создал векторный анализ образовательной среды. В соответствии со своей авторской позицией он выделяет следующие характеристики образовательной среды: широта, интенсивность, осознаваемость, обобщенность, эмоциональность, доминантность, активность, мобильность и устойчивость.	<p>Предложил рассматривать в качестве базовых четыре типа образовательной среды:</p> <ul style="list-style-type: none"> - догматическая, ориентированная на воспитательный идеал пассивной и зависимой личности (как отмечается, данный тип образовательной среды встречается наиболее часто в истории педагогики разных стран и эпох, включая современный период); - безмятежная, ориентированная на идеал относительно независимой, автономной, но при этом пассивной личности, проживающей в условиях максимально возможного комфорта; - карьерная, нацеленная на формирование активной и зависимой личности, способной легко адаптироваться к манипу-

		<p>лятивному характеру социальных отношений в рыночном обществе;</p> <p>- творческая, ориентирующаяся на идеал свободной и активной личности и обеспечивающая процесс саморазвития обучающегося.</p>
9.	2017 г. Л.А. Ясюкова	<p>В основе работ Л.Я. Ясюковой лежит положение о том, что опыт позитивных отношений со сверстниками в детстве — необходимое условие успешной социализации в будущем. Социализация молодого человека зависит не только от уровня его одаренности, но и от особенностей среды общения. Постоянное общение подростков, обучающихся в одном классе, приводит к закреплению типологических личностных качеств и формированию определенных ценностей.</p>

Сравнительный анализ значимых характеристик образовательной среды

Автор	Значимые характеристики образовательной среды
И.А. Баева	<p>Взаимоотношения с учителями.</p> <p>Взаимоотношения с учениками.</p> <p>Возможность высказать свою точку зрения.</p> <p>Уважительное отношение.</p> <p>Сохранение личного достоинства.</p> <p>Возможность обратиться за помощью.</p> <p>Возможность проявлять инициативу, активность.</p> <p>Учет личных проблем и затруднений.</p>
В.В. Рубцов	<p>Целевые установки школы (декларируемые цели и задачи школы).</p> <p>Степень единства педагогического коллектива.</p> <p>Результативные характеристики образовательной среды школы (интеллектуальные способности детей, индивидуально-личностное развитие детей).</p> <p>Социально-психологическая адаптация ребенка к условиям образовательной среды. Социальные взаимодействия. «Объективным крите-</p>

	<p>рием качества образовательной среды школы является тот эффект в развитии, который демонстрируют учащиеся» (Рубцов В.В.)</p>
С.Г. Вершловский	<p>Совокупность ориентации семьи учащегося в сфере образования. Непосредственное участие родителей в школьной жизни. Использование социокультурных возможностей среды.</p>
И.М. Улановская	<p>Автор предлагает рассматривать образовательную среду как целостную качественную характеристику внутренней жизни школы, которая определяется теми конкретными задачами, которые школа ставит и решает в своей деятельности. Образовательная среда содержательно оценивается по тому эффекту в личностном, социальном, интеллектуальном развитии детей, которого она позволяет достичь.</p>
В.Г. Зарубин, В.А. Макаридина, Н.И. Алмазова	<p>Эффективность образовательной среды рассматривают через социальную комфортность, которая включает такие показатели, как самооценка участия в жизни школьного коллектива, оценка взаимоотношений учащихся и педагогов, оценка характера взаимоотношений учащихся друг с другом.</p>
В.И. Слободчиков	<p>Ведущими характеристиками образовательной среды автор считает ресурсный потенциал (насыщенность) и способ ее организации (структурированность).</p>
В.А. Красильникова	<p>Использует в описании понятия образовательная среда такие характеристики, как целостность, многоаспектность, системность, социально-психологическая реальность, материальные и духовные условия образовательной деятельности, совокупность необходимых психолого-педагогических условий для погружения человека в поток целенаправленно подготовленной информации и способов ее представления к изучению, всестороннему развитию личности.</p>

§ 2. АГРЕССИЯ И БУЛЛИНГ В ШКОЛЬНОЙ СРЕДЕ. ПРИРОДА (ПРИЧИНЫ) АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ

Будьте осмотрительны, чтобы слово не стало кнутом, который, прикасаясь к нежному телу, обжигает, оставляя на всю жизнь грубые рубцы.

А.В. Сухомлинский

Существует множество определений агрессивности и большое разнообразие смыслов, которые вкладываются в этот термин.

Агрессия — любая форма поведения, нацеленного на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения.

Агрессия — форма отклоняющегося деструктивного поведения с выраженной эмоциональной окраской. При агрессивном поведении человек мотивирован на причинение вреда (морального или физического) или захват другого человека (людей).

По мнению В.А. Аверина, агрессия присуща каждому человеку, так как является инстинктивной формой поведения, основной целью которого является самозащита и выживание в мире. Но человек, в отличие от животных, с возрастом приучается трансформировать свои природные агрессивные инстинкты в социально приемлемые способы реагирования, т.е. у нормальных людей происходит социализация агрессии. А.А. Реан рассматривал агрессию «как любые намеренные действия, которые направлены на причинение ущерба другому человеку, группе людей, или животному». Агрессивность — питательная среда, основа антисоциальности, индивидуальных и групповых насильственных актов, садизма, немотивированной необъяснимой жесткости.

Большинство современных психологов выделяют два вида агрессивности.

Недеструктивная агрессия — настойчивое, враждебное, самозащитное поведение, направленное на достижение цели. Это врожденный механизм, служащий для адаптации в среде, для удовлетворения желаний, достижения целей, развития познания и способности положиться на себя. Он начинает работать с момента рождения и побуждает человека к конкуренции в окружающем мире, защите своих прав.

Враждебная деструктивность — злобное поведение, неприязнь, ненависть, ярость, мстительность. Важнейший действующий фактор, позволяющий отнести поведение к категории враждебного, — намерение.

По способу выражения выделяют 5 видов агрессии:

1. физическая агрессия (прямое причинение морального или физического вреда);
2. вербальная агрессия (словесная агрессия);
3. экспрессивная агрессия (выражение через невербальные средства);
4. косвенная агрессия (агрессия ненаправленная и направленная в сторону не истинного, а более доступного объекта раздражения);
5. прямая агрессия (воздействие на сам объект раздражения);
6. раздражение (готовность проявить агрессию);
7. негативизм (оппозиция, пассивное сопротивление перед активной борьбой).

Существуют различные подходы к классификации агрессии. Обобщенно их можно представить через описание ключевых свойств агрессии, вокруг которых построены классификации:

- направленность (на себя, на предмет, на живой объект);
- наблюдаемость (скрытая или открытая агрессия);
- мера выраженности (частота, длительность);
- пространство проявления (дом, улица);
- характер психических действий (физическая, в мечтах, в словах);
- по социальной опасности (юридически наказуемые или ненаказуемые агрессивные действия).

В зависимости от причины появления агрессивное поведение бывает *реактивным* (ответ на раздражение от ссоры, конфликта) и *спонтанным* (неожиданные выплески в результате психических проблем или накопительного эффекта от терпения). По направленности агрессивное поведение бывает *целевым* (причинение вреда) или *инструментальным* (победа в соревнованиях).

Агрессивность подростков — сложное и противоречивое явление современной жизни, с которым сталкиваются многие семьи. Рассматривая агрессию среди подростков, необходимо обратиться к трудам психологов (О.Ю. Михайлов, Ю.Б. Можгинский, А.Р. Ратинов), которые выделяют несколько форм проявления агрессии у подростков: мотивационная или смысловая агрессия.

По детерминации поведения можно выделить несколько основных видов групп агрессивно-деликвентных подростков:

- ситуативный нарушитель (противоправные действия которого преимущественно спровоцированы ситуацией);

- субкультурный нарушитель (нарушитель, идентифицировавшийся с групповыми антисоциальными ценностями);
- невротический правонарушитель;
- «органический» правонарушитель (совершающий противоправные действия вследствие мозговых повреждений с преобладанием импульсивности, интеллектуальной недостаточности и аффективности);
- психотический правонарушитель (совершающий деликты вследствие тяжелого психического расстройства — психоза, помрачения сознания);
- антисоциальная личность (антиобщественные действия вызваны специфическим сочетанием личностных черт — враждебностью высших чувств, неспособностью к близости) [2].

Длительное наблюдение психологов за детьми и подростками, позволило выявить несколько наиболее часто встречаемых форм агрессивного поведения в школе:

1) агрессивное поведение при гиперактивности — проявляется в виде приставаний к другим детям, бессмысленных драк, неадекватных реакций, вспыльчивости, возбудимости, порчи имущества и т.д. Это связано с трудностями адаптации подростка в той среде, которая предъявляет слишком высокие требования для его уровня зрелости;

2) агрессивное поведение лидерства — проявляется в виде эгоцентричного стремления к лидерству и власти, соперничества, попытки подавить соперника, вызывающего поведения, нарушения дисциплины. Иногда это свойства темперамента, которые станут ценными чертами характера в процессе социализации. Иногда таким становится ребенок в семье, где процветает авторитарный стиль отношений. Иногда потребность власти есть компенсация нереализованной потребности в любви и признании;

3) агрессивное поведение демонстративности — проявляется в виде постоянных попыток привлечь к себе внимание любой ценой, включая агрессивные выходки. Вызывающее поведение явно рассчитано на зрителя. Ученик может принимать роль клоуна, «супермена», умника и т.д. Иногда такое инфантильное поведение является следствием дефицита любви и внимания к ребенку с детства;

4) агрессивное поведение мести — проявляется во враждебности, мстительности, подозрительности, недоверии. Это способ восстановления справедливости, желание защитить себя от «врагов». Иногда ребенок растет в неблагополучной семье, где нет любви. Иногда его отвергают как нежеланного или «несоответствующего». Иногда ребенок не нравится другим детям или учителю из-за своей необычности, «неудобности»;

5) агрессивное поведение страха — страхи заставляют ребенка или подростка быть готовым отразить нападение или другую опасность. Как правило, страхи носят преувеличенный характер и агрессивная реакция нередко бывает чрезмерной и опережающей.

6) агрессивное поведение тревоги — поскольку тревога не имеет осознанного источника, часто необъяснима, то агрессия или направляется внутрь («на тревогу»);

7) агрессивное поведение вины — поскольку чувство вины вызывает душевное страдание, то человек желает избавиться от него либо искупив вину поступком, либо направив агрессию на источник страданий. Агрессия может быть направлена вовне, на того, кто обвиняет, а может быть направлена внутрь, на самого себя;

8) агрессивное поведение низкой самооценки — часто проявляется в виде повышенной обидчивости, вспыльчивости, ранимости. Формируется в атмосфере критичности, насмешек. Особенно склонны к этому дети, чувствительные к оценке других, когда оценка исходит от значимых людей. Если такой ребенок оказывается в ситуации, которая угрожает его самооценке, он может стать агрессивным;

9) агрессивное поведение неадекватно завышенной самооценки — проявляется в высокомерии, уверенности в своей значимости, избранности, «гениальности». Такие дети часто уверены в том, что их не ценят, не понимают, несправедливо относятся. От этого они или принимают заносчивый вид, оставляя рядом с собой только восхищенных почитателей, или замыкаются и обособливаются, превращаясь в «белую ворону», или становятся чрезвычайно агрессивными, приходя в ярость в любой ситуации, где их «гениальность» подвергается сомнению.

Ранняя агрессивность, проявляемая в школе, с течением времени перерастает в характерный стиль агрессивных реакций и становится устойчивой чертой личности

Со временем подростковая агрессивность может проявляться в криминальном поведении, физической агрессии, жестоком обращении с членами семьи и других формах девиантного поведения.

Природа (причины) агрессивного поведения подростков

Существуют многочисленные исследования социологов, психологов, философов (как зарубежных, так и отечественных), в которых специалисты пытаются раскрыть социальные, экономические, духовные, психологические корни агрессии и терроризма среди подростков. Подростковую агрессию можно рассматривать как своеобразный ба-

рометр, чутко реагирующий на изменения социально-экономической и политической ситуации в обществе.

На развитие агрессивности влияет множество факторов, как биологических (наследственность, заболевания, физиология), так и психологических.

Основные причины подростковой агрессии

1. Современный социум демонстрирует эталон агрессивной личности, который подросток «примеряет» на себя и начинает относиться к агрессивности как ценностному качеству личности. Объективно существует угроза принятия данных форм поведения как модели поведения подростков. Агрессия — результат научения человека посредством чужого и собственного опыта, примера.

2. Агрессивным поведение становится под влиянием биологических факторов (гормоны и психические расстройства). В ходе различных исследований была выявлена зависимость между раздражительностью, эмоциональной чувствительностью и предрасположенностью к открытой агрессии. Возбуждение вообще ведет к росту агрессивных реакций, но только в том случае, если есть провоцирующие внешние факторы. Индивидуальный поведенческий опыт подростка независимо от его возбудимости будет определять выбор агрессивной или неагрессивной формы реагирования.

3. Агрессию побуждают внешние мотивы личности (социальные факторы, влияние среды) [3].

Особую роль играет социально-педагогическая безнадзорность детей и подростков, развивающаяся на фоне равнодушного, невнимательного отношения к ним окружающих. В итоге зарождается чувство одиночества, заброшенности, своей ненужности, незащищенности. Возникает чувство протеста, отчуждения, неприязни по отношению к взрослым, стремление к объединению, кооперации, самоорганизации на основе единомыслия, общности судьбы, интересов и склонностей.

4. Для многих подростков агрессия и жестокость — это способ самоутвердиться в кругу сверстников, «дать отпор». Отсутствие условий для самовыражения, разумного проявления внешней и внутренней активности, незанятость и отсутствие позитивных и значимых социальных и личных жизненных целей и планов.

5. Наличие у подростков двух противоречий — принадлежность к группе сверстников и желание обособленности, то есть наличия своего индивидуального личного пространства. В поведении часто обнаруживаются реакции имитации — повторение поведения сверстников и взрослых, обладающих авторитетом в глазах ребенка. Именно «кризис авторитетов» приводит к потребности самостоятельных решений,

непереносимости критики, желанию делать все наоборот, наперекор, реакции протеста, противостояния, отвержения социальных норм и правил. Чаще всего в 14 лет, индивид сам выбирает себе ориентир — идеал, который становится жизненным примером и доверенным лицом для него. Такое общение является основным в этом возрасте, так как это главный информационный канал. Кроме того, это специфический вид эмоционального контакта, развивающего у подростка чувство солидарности, самоуважение, эмоциональное благополучие и межличностные отношения.

6. Пубертатный кризис. Процесс анатомо-физиологической перестройки является фоном, на котором протекает психологический кризис. Глубокие психологические проблемы, возникающие у подростков в процессе созревания, нередко переступают критическую черту, за которой кризис взросления может стать причиной различных форм отклоняющегося поведения, личностных нарушений, превратиться в экстремальную ситуацию. Понятие «кризис» применительно к подростковому периоду используется не только для того, чтобы подчеркнуть тяжесть, болезненность переходного состояния от детства к взрослости, но и чтобы объяснить особенности агрессивного поведения подростков. Подростковые кризисы Лев Толстой назвал «пустынями отрочества», суть которых — в огромной энергии, рвущейся наружу для того, чтобы заявить о себе. Описание отрочества как периода стрессов, тревог и конфликтов имеет длинную историю. Подобное представление об отрочестве как эмоциональной буре, в которой преобладают внутреннее напряжение, нестабильность и конфликты, было привнесено в современную психологию Стэнли Холлом.

Однако злоупотребление понятием «кризис переходного возраста» таит в себе опасность, которая не является чисто теоретической, так как влечет риск не заметить реальные трудности и дать ложный психологический прогноз.

7. Предвзятая атрибуция враждебности [4]. Формируясь еще в детстве, недоверие и подозрительность в отношении окружающих людей устойчиво влияют на поведение как подростка, так и взрослого человека, определяя низкий уровень социализированности и высокий уровень агрессивности личности. Склонность приписывать окружающим людям отрицательные намерения приводит агрессивных подростков к более частым столкновениям с другими людьми, чем подростков с позитивным отношением к людям.

8. В ряде случаев проявление агрессивного поведения является целесообразной адаптивной формой поведения, обеспечивающей удовлетворение витальных потребностей субъекта и его выживание.

9. И.С. Кон утверждал, что подростковая агрессия — следствие общей озлобленности и пониженного самоуважения в результате пережитых жизненных неудач и несправедливости.

10. Некоторые исследователи считают, что главной причиной всех социальных отклонений служит социальное неравенство.

11. Социально-педагогическая запущенность. Подросток ведет себя неправильно в силу своей невоспитанности, отсутствия у него необходимых знаний, умений, навыков или в силу испорченности неправильным воспитанием, наличием у него негативных стереотипов поведения.

12. Неблагополучие семейных взаимоотношений, отрицательный психологический микроклимат в семье подростка. Неправильное (несправедливое, грубое, жестокое) отношение к нему со стороны родителей.

13. Систематические учебные неудачи.

14. Плохие взаимоотношения со сверстниками, учителями и одноклассниками.

В силу разнообразных причин агрессия у подростков часто проявляется как эмоциональный взрыв, причем часто неадекватный и неожиданный для окружающих [3].

В последнее время проблематика насилия, виктимизации и суицидальных настроений в подростковой среде, а вместе с тем и феномен школьного буллинга привлекает все большее внимание со стороны исследователей, педагогов и психологов.

Слово «буллинг» происходит от англ. *bullying*, что означает запугивать, заирать, издеваться, тиранизировать.

Буллинг (или травля) — специфический тип агрессивного поведения, который характеризуется следующими чертами:

- агрессия является осознанной и целенаправленной;
- агрессивные действия систематически причиняют вред жертве;
- существует ощутимый дисбаланс сил между агрессором и жертвой, вследствие чего жертве сложно защититься самостоятельно.

Школьный буллинг — это сложный социальный феномен, обусловленный множеством факторов, действующих на разных уровнях: это и индивидуальные/личностные черты детей и подростков, и обстановка в классе, в школе, семье, и специфика локального окружения и социальной среды, и более широкий культурный контекст. При этом существует буллинг не только среди школьников, но и осуществляемый учителями по отношению к школьникам и наоборот. Этот феномен встречается также среди педагогов. В буллинг оказываются вовлеченными все, в качестве агрессоров, жертв либо наблюдателей. Буллинг затрагивает различные сферы школьной жизни и влияет на чувство безопасности у школьников и учителей, физическое и психо-

логическое здоровье, качество и эффективность деятельности, культуру школьной жизни в целом [5].

Буллинг возникает в любой ученической среде на всем протяжении истории образования, а устойчивость этого феномена зависит от поведения учителей, взрослых, работающих с детьми. Именно позиция взрослых, по данным современных исследований, является важнейшим фактором: решительное вмешательство взрослых прекращает буллинг, равнодушие — провоцирует [5].

На русском языке опубликован ряд научных работ на данную тему (Кривцова, 2011, 2015; Руллан, 2012; Бочавер, Хломов, 2013; Кравцова, 2015; Шалкина, 2015; Белевич, 2015; Филатова, Бутовская, Калиничко, 2018 и др.)

Х. Лейман рассматривал буллинг как особую коммуникативную ситуацию, могущую привести к возникновению серьезнейших психологических (а также телесных) последствий для жертвы и вследствие этого требующую к себе самого пристального внимания.

Исследователи школьной травли сходятся во мнении о том, что буллинг оказывает долгосрочное негативное влияние на здоровье и благополучие детей и подростков — как жертв травли, так и агрессора [6].

Есть различные исследования, которые показывают, что дети рассматривают буллинг как один из допустимых способов достижения/сохранения лидерских позиций в группе; как запретное, протестное поведение и средство виктимизации. Ученик подвергается буллингу, когда в течение времени по отношению к нему осуществляются агрессивные действия со стороны одного или нескольких лиц, он остро переживает, но по разным причинам не может ответить на агрессию (Д. Олевус). Буллинг диагностируется в том случае, когда налицо четыре следующих критерия:

1. Объективно кто-то подвергается нападкам, при этом в субъективном плане должно существовать намерение (или прямой и опосредованный умысел) изолировать жертву. Нападки могут быть как в физической форме, так и в психологической. *К психологической форме буллинга относятся:* обособление и исключение из сообщества, вымогательство денег (чтобы «откупиться» от буллера), лишение важной информации, высмеивание и обесценивание, необоснованные и несправедливые обвинения, выискивание информации, могущей повредить жертве, распространение слухов в целях дискредитации, сначала за спиной жертвы, а потом в открытую, доносы, угрозы физического насилия, игнорирование и обособление жертвы — бойкот. *К физической форме буллинга относятся* следующие действия: кража или повреждение принадлежавших жертве предметов, одежды, обуви и школьных принадлеж-

ностей, порча тетрадей, рисунков и других произведенных на уроках материалов, физическое насилие различной степени тяжести.

2. Типичным для буллинга является существование явного неравенства сил: буллинг осуществляется чаще всего по отношению к одному человеку, который «воспринимается как более слабый» в том или ином отношении. Жертве противостоят буллеры — чаще всего не один, а несколько человек, действующие целенаправленно и каверзно.

Жертва буллинга субъективно переживает безвыходность своей ситуации и лишь в очень редких случаях может собраться с силами, чтобы дать отпор. В большинстве случаев нужна активная помощь со стороны. Характерно, что буллинг происходит с молчаливого согласия наблюдателей или свидетелей, т. е. лиц, активно не участвующих в травле, но и ничего не предпринимающих для того, чтобы ее остановить. Именно поэтому одной из важнейших форм профилактики буллинга является формирование у молчаливых наблюдателей, по сути потакающих травле, способности различать это явление, понимать его недопустимость и занимать позицию активного противодействия.

3. Буллинг весьма существенно травмирует жертву. Эмоциональная ранимость жертвы, ее уязвимость очевидна или постепенно становится заметной для всех. Исследования показывают, что жертвами буллинга могут быть дети с предыдущим опытом виктимизации (например, жертвы семейного насилия или пережившие иной травматический опыт), плохо социализирующиеся, ярко акцентуированные, сензитивные по характеру, социабельные дети, оказавшиеся в трудной жизненной ситуации, но также любые другие дети. Жертвой буллинга может стать любой ребенок.
4. Нападки в адрес жертвы совершаются длительно и регулярно [7].

Несмотря на недопустимость различных форм насилия в школе, буллингом можно назвать только ситуации, в которых имеется все четыре признака.

Когда учитель игнорирует буллинг, среди учащихся складывается представление, что это допустимый и приемлемый способ взаимодействия, установка попустительства взрослых порождает новые ситуации буллинга.

Важность профессиональной установки бдительности в отношении буллинга, помимо прочего, определяется и тем, что о ситуациях буллинга ученики почти никогда не рассказывают взрослым в школе [6].

Школьники предпочитают самостоятельно справляться с ситуацией и, не привлекая взрослых, предоставленные сами себе, выбирают

стратегии поведения, способствующие только развитию спирали буллинга, но не выходу из нее [7].

Где это происходит? «Горячие точки» буллинга

«Горячие точки» — это конкретные места в здании школы и на школьном дворе, где возможен буллинг.

Обычно это:

- туалеты;
- спортивные раздевалки;
- спортзал;
- школьный буфет;
- раздевалка;
- укромные уголки.

Места, где возможен буллинг, — самые укромные места школы, где меньше вероятность встретить взрослого человека (педагога или родителя).

Причины, по которым ребенок может стать жертвой насилия и агрессии со стороны сверстников

1. Наличие у ребенка с раннего детства отрицательных переживаний, связанных с чувством тревожности, страха, неуверенности в себе и зависимости от мнения окружающих.
2. Чувство собственной неполноценности и неуверенности в себе, сформированное у ребенка под влиянием окружающей среды (близких людей, опыта общения со сверстниками), информации, полученной в результате посещения сообществ в сети Интернет.
3. Ребенок имеет слабо развитые коммуникативные качества, связанные или с личностным развитием или с отсутствием опыта общения со сверстниками, посещения ДОУ, длительным периодом нахождения дома по причине хронического заболевания.
4. Ребенок, чрезмерно оберегаемый членами семьи, зависит от семьи, не имеет опыта самостоятельности в связи с ограничениями в семье. Гиперопека родителей не позволяет ребенку сформировать навыки принятия самостоятельных решений и ответственного выбора.
5. Ребенок с раннего детства имеет высокий уровень зависимости от мнения взрослых и их решений.
6. Воспитание на основе безоговорочного подчинения родителям формирует у ребенка инфантильность по отношению ко всему, что есть у него в жизни.

7. С раннего детства ребенок имеет слабое физическое здоровье, часто болеет и ощущает себя неполноценным в физическом развитии (боится физических нагрузок, избегает прогулок).

Особенности личностного развития агрессора (буллера)

1. Ребенок-буллер с раннего возраста проявляет агрессию к своим родителям, воспитателю, педагогам, братьям, сестрам. Часто это ребенок излишне самоуверен, верит в свою силу (моральную и физическую), проявляет независимость, на все имеет свое мнение.
2. Буллер убежден, что жертва заслужила наказания и практически не испытывает стыда и чувства вины.
3. Буллер редко проявляет эмпатию и сопереживание. Со стороны семьи ребенок-буллер часто испытывал дефицит внимания и заботы. Между членами семьи отсутствуют теплые эмоциональные отношения.
4. Буллер имеет хорошие коммуникативные способности, за счет которых вовлекает в агрессивное поведение сверстников, умеет убедить в необходимости такого поведения сверстников.

Буллинговое поведение может быть признаком, лежащим в основе психопатологии, оно наносит ощутимый вред развитию личности вне зависимости от того, был ребенок жертвой или агрессором.

Факторы, способствующие буллингу в школе

1. Отсутствие со стороны педагогов контроля за поведением детей на переменах и в «горячих точках».
2. Позиция безразличия в отношении насилия со стороны сверстников: они не знают, что делать, и не верят, что можно помочь.
3. Равнодушные педагоги.
4. Отсутствие в школе понятной системы защиты справедливости (чести и достоинства) каждого ребенка и каждого взрослого.
5. Демонстрируемая модель педагога во взаимодействии с учеником, где авторитарность переходит на оскорбления и унижение личности ученика.
6. Отсутствие в школе системы работы с родителями по профилактике правонарушений.
7. Низкая правовая культура и грамотность школьников.
8. Отсутствие межведомственного характера в коррекционной работе с детьми «группы риска».
9. Недостаточно эффективная воспитательная работа в школе и в классе.

10. Отсутствие компетентных знаний у педагогов образовательной организации в области реагирования и профилактики буллинга в школе.
11. Низкая мотивация педагогического коллектива осуществлять воспитательную работу. Все профессиональные ресурсы сосредоточены на повышении качества знаний школьников.
12. Модель поведения родителей в семье, которую ребенок копирует и переносит в общение со сверстниками.

Последствия буллинга

Агрессия и насилие всегда будут сопровождать процессы взросления. Школа — это место, где на долгое время и в принудительном порядке собраны незрелые пока еще личности, поэтому в ней в принципе нельзя избежать случаев агрессии, и профессия учителя связана с определенными рисками в отношении своих учеников. Насилие — понятие более узкое, чем агрессия, тесно связанное с реализацией власти. Насилием движет стойкое желание уничтожить, изгнать из своего мира личность, превратить ее в «ничто», обесценить или просто убрать как препятствие (т. е. с экзистенциальной точки зрения насилие — это либо высокомерное желание уничтожить, лишённое эмпатии и уважения к сопротивлению, либо целенаправленное уничтожение препятствий ради фанатичной защиты ценностей).

У жертв насилия чаще всего наблюдаются отклонения в различных сферах, в частности:

- на когнитивном уровне — низкая самооценка, иррациональные, разрушительные мысли, проблемы с принятием решения, проблемы с поиском выхода из сложных ситуаций;
- на аффективном уровне — гнев, злость, тревожность, чувство вины, страх отвержения, фобии, депрессия;
- на поведенческом уровне — низкая учебная успеваемость, изоляция от окружающих, конфликты, агрессия).

В случаях постоянного и жестокого буллинга жертвы могут рассматривать самоубийство как возможность избежать страдания. Такие дети постепенно теряют надежду на позитивное решение проблемы. Их безнадежность сопровождается иррациональным мышлением, и смерть кажется единственным способом избавления от отчаяния и боли.

Переживание физического насилия в детстве, а точнее, развитие ребенка в условиях, где насилие является нормой межличностных отношений, часто связывают с уровнем агрессивности, наблюдаемой во взрослой жизни. Реакция на психологическую травму, связанную с насилием в возрасте 12–16 лет: стыд, вина, недоверие, амбивалентные

чувства по отношению к взрослым, несформированность социальных ролей и своей роли в семье, чувство собственной ненужности.

Психологи отмечают, что дети, пережившие насилие, часто испытывают:

- подавленное настроение;
- раздражительность и не доверяют взрослым;
- постоянную тревогу и раздражительность, находятся в ожидании каких-либо дальнейших действий, сильную подавленность.

Подростковый возраст — важный этап становления личности, поэтому издевательства в это время могут нанести серьезный урон психическому благополучию ребенка. Издевательства и унижение в реальной жизни и в Сети — серьезные испытания для неокрепшей психики детей.

Серьезным последствием буллинга является депрессия, потеря веры в себя и чувство бессилия. Проявление депрессии может быть в разных состояниях: от нежелания ходить в школу, отказа от общения, до полной замкнутости и закрытости от внешнего мира. Подростковая депрессия маскируется под соматические и простудные заболевания, когда мы можем наблюдать у ребенка частую головную боль, кишечные расстройства, скачки температуры, которые сопровождаются пониженным жизненным и эмоциональным тонусом, апатией и безразличием, сменой настроения и повышенной утомляемостью.

Жертвы травли испытывают последствия пережитого опыта всю жизнь.

Боязнь насилия — один из наиболее часто встречающихся страхов и опасений у детей и их родителей; она может служить причиной школьных неврозов, дезадаптации, повышенной тревожности и негативного отношения к среде школы.

Худшее в буллинге — его влияние на тех детей, которые в нем активно не участвуют, — на свидетелей.

Буллинг способствует развитию негативных черт людей.

Буллинг не формирует личную ответственность, несмотря на то что ребенок реально видит страдания жертвы.

§ 3. ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ БУЛЛИНГА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ КАК НЕОБХОДИМОЕ УСЛОВИЕ СОЗДАНИЯ БЕЗОПАСНОЙ, ПСИХОЛОГИЧЕСКИ КОМФОРТНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ И ПРОФИЛАКТИКИ ПОДРОСТКОВОГО СУИЦИДА

Опыт позитивных отношений со сверстниками и взрослыми в детстве — необходимое условие успешной социализации в будущем.

Сокращение числа случаев буллинга в школьной среде — непростая задача, требующая комплексных системных мер, направленных на улучшение школьного климата и в целом на изменение отношения к насилию в обществе. **Поэтому чуткость взрослого, своевременность вмешательства и поддержка могут стать решающими. Готовность вмешиваться со стороны взрослого выступает главным условием предотвращения буллинга и профилактики подросткового суицида.**

Готовность вмешиваться — это комплексная компетенция, и центр ее составляет способность распознавать буллинг.

Распознавание буллинга связано с наличием явных или неявных знаний о буллинге и возможностью отличить от других форм насилия.

В мировом опыте политика борьбы с буллингом и реализация антибуллинговых программ начинается с повышения уровня осведомленности о школьной травле, ее влиянии на личность жертвы и определения возможности распознавать ситуацию буллинга. Главное действие педагога — реагирование и вмешательство.

В школьной ситуации буллинга основная масса детей — зрители. И они также нуждаются в серьезной помощи для осмысления полученного опыта. При этом разговор с каждой категорией участников ситуации будет различным. Все зрители, очевидцы буллинга, даже если не вмешиваются и не реагируют, испытывают большое психологическое давление. Очевидцы буллинга часто испытывают страх в школе, а также чувство, характерное для травмированных, — беспомощность перед лицом насилия, даже если оно направлено не на них непосредственно. Они могут испытывать порой чувство вины из-за того, что присоединились к буллингу. Все это может постепенно изменить школьные отношения и нормы, сделать детей циничными и безжалостными к жертвам. Эти последствия для зрителей-очевидцев сильно осложняют процесс противостояния буллингу в школе [7].

Лучшим средством профилактики буллинга является серьезная забота о школьной атмосфере, центральный фактор которой — качество общения учителей и учеников.

Школа несет собственную ответственность за развитие личности ребенка, отличную от ответственности родителей. Школа отвечает за все, что ребенок делает и переживает в ее стенах. Школа отвечает за установление рабочего контакта с родителями ребенка. Учитель, а не ребенок отвечает за качество взаимодействия в системе учитель — ученик. Весь коллектив педагогов отвечает за то, что происходит с детьми в стенах школы.

В школе должны быть разработаны правила поведения для всех участников, столкнувшихся с буллингом: что делать, куда идти, кому и в какой форме заявить.

Современный педагог должен уметь распознавать потенциальных жертв буллинга, быть внимательным к детям, которые испытывают со стороны сверстников негативное отношение.

Школьники, которые испытывают в отношении себя проявления агрессии, должны знать, что они всегда могут рассчитывать на поддержку со стороны учителей, когда речь идет о буллинге.

Педагог должен владеть множественными приемами урегулирования конфликтных ситуаций, не касаясь личности агрессора (буллера).

В процессе планирования воспитательной работы необходимо учитывать факторы, которые способствуют буллингу.

В настоящее время многие родители, отдавая ребенка в школу, ориентируются на следующие критерии:

1. Возможность получения качественного образования.
2. Возможность дополнительного развития ребенка (элективные курсы, кружки, секции).
3. Возможность осуществления индивидуального подхода к ребенку.
4. Безопасность образовательной среды.
5. Творческая и развивающая атмосфера школы.

В современных условиях, когда родитель имеет возможность выбора образовательной организации, именно безопасная среда и творческая, мотивирующая атмосфера играют решающую роль.

АНТИБУЛЛИНГОВАЯ РАБОТА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

*(В основе лежат меры, предложенные С.В. Кривцовой
и практический опыт автора пособия)*

Организация профилактической работы на уровне образовательной организации

№	Предпринимаемые шаги, направленные на профилактику бул- линга в образовательной организации	Цель
1.	Сделать дежурство учителей постоян- ным, особое внимание уделить зонам риска — тем местам в здании школы и на пришкольной территории, где воз- можны акты травли, организовать ви- деонаблюдение в этих зонах.	Ни один случай бул- линга не должен оставаться незаме- ченным. Своевре- менное выявление фактов буллинга.
2.	В школе должны быть разработаны правила для всех учащихся, столкнув- шихся с буллингом как в качестве жертвы, так и в качестве свидетеля: что делать, куда идти, кому и в какой форме заявить о случившемся. В школе должны быть правила для всех школьников, в которых будут четко прописаны основные нормы поведения ученика в образовательной организа- ции. В школе среди учащихся необходимо проводить разъяснительную, информа- ционную работу о том, куда и к кому следует обращаться в ситуации столк- новения, фактов насилия и жестокого обращения в отношении своей лично- сти.	Заявление о факте провокации, оскорб- ления, физического насилия, вымога- тельства, угроз и т.д. должно быть сделано обязательно. Учени- ки начнут информи- ровать учителей или администрацию, если им разъяснить пози- цию школы и если у них появится доверие к «силе школы». У школьников будет сформирован навык обращения за помо- щью и потребность принимать ее.
3.	В школе необходимо создать Антибул- линговый комитет или аналогичную организацию, в компетенцию которой входит разобраться с фактами буллин- га. Можно привлечь родителей к уча- стию в такой организации, например, создать Совет отцов, который будет уполномочен рассматривать возника-	Создание у детей четкого представления о защищенности своей личности в образова- тельной организации и заинтересованности взрослых в создании безопасной образова-

	<p>ющие в образовательной среде конфликтные ситуации с применением насилия (физического и психологического)</p>	<p>тельной среды. Демонстрация детям принимаемых в школе мер по защите детей будет способствовать формированию чувства доверия к школе и к взрослым в частности.</p>
4.	<p>Периодически проводить активную тренинговую, обучающую работу с педагогическим коллективом школы и всеми взрослыми сотрудниками образовательной организации по изучению алгоритма действий в ситуации факта буллинга:</p> <ul style="list-style-type: none"> - алгоритм действий, если взрослый становится свидетелем буллинга; - алгоритм действий, если видит ребенка в состоянии переживания факта насилия над своей личностью; - алгоритм действий в ситуации, когда взрослый становится свидетелем подготовки совершения групповой травли (физического насилия). <p>Необходимо обучать (повышать профессиональную компетенцию) педагогов по направлениям:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Как педагогу строить конструктивную коммуникацию в случаях нарушения дисциплины, чтобы в классе могли продуктивно работать и учиться дети с разными личностными особенностями. - Как создать в классе атмосферу взаимопомощи и толерантности, в которой можно открыто обсуждать проблемные вопросы. - Как конкретно педагогу действовать, если в классе наблюдается буллинг. 	<p>Отработанный в школе навык реагирования на факты буллинга позволит моментально и своевременно оказать помощь жертве, а возможно, и предупредить насилие.</p>
5.	<p>Необходимо постоянно привлекать родителей к тому, чтобы стать партнерами в профилактической работе. Необходимо на родительских собраниях:</p>	<p>Создать систему работы с родителями, привлечь их внимание к проблеме роста</p>

	<p>- обучать родителей навыку разговора с детьми на тему насилия и жестокости в современном мире, а главное, о недопустимости такого поведения со стороны собственных детей;</p> <p>- обратиться к родителям с просьбой не показывать модели поведения в семье, демонстрирующие власть одних над другими и жестокость в отношениях между членами семьи. Дети могут копировать такое поведение родителей и переносить в среду сверстников, а главное, рассматривать такое поведение с точки зрения нормы.</p>	<p>агрессивности и насилия в современной мире и детской среде.</p> <p>Сформировать у родителей важные навыки, которые могут помочь им в отношениях со своими детьми. Родители должны научиться понимать своих детей и отмечать их готовность совершать разные поступки, понимать мотивы их поведения.</p>
--	--	---

Какие приемы использовать в работе со школьниками?

№	Нельзя	Можно
1.	Сравнивать одного ученика с остальными в его или их пользу, обобщать негативную оценку действий одного ученика на всех — это провоцирует взаимное неприятие и буллинг.	Высказываться о действиях конкретного ученика, не сравнивая с другими и не перенося оценку поступка на оценку личности ребенка.
2.	Игнорировать травлю, обиды в адрес кого-то — это может спровоцировать ухудшение атмосферы и увеличивает риск аутоагрессии.	Твердо остановить травлю или обидные действия.
3.	Читать долгие нотации. Они вызывают скуку, сопротивление и открывают поле для манипуляций.	Высказывать свое мнение и решение коротко, ясно, однозначно.
4.	Нельзя запретить скучать, злиться и не понимать на уроке.	Надо запрещать какие-то действия, не соответствующие правилам поведения на уроке, а не актуальную потребность детей выражать свои эмоции.

Профилактика буллинга на уроке

Тревожность ребенка на уроке и в школе может быть связана:

- с предвзятым отношением учителя к ученику;
- с публичным оскорблением ребенка в присутствии одноклассников и педагогов школы;
- со страхом услышать комментарии со стороны учителя по поводу своей семьи, особенно по поводу уровня материального благополучия, образования родителей или их асоциального образа жизни;
- с чрезмерно жесткими требованиями к соблюдению дисциплины;
- с постоянной напряженностью в межличностных отношениях с одноклассниками;
- с постоянными угрозами в адрес ученика (например, отчислить ребенка из школы) за низкие образовательные результаты и предполагаемые низкие результаты на экзаменах. Тревожность на уроке может быть связана с угрозой, затрагивающей чувство собственной личной идентичности [1].

Во время учебного процесса дети вовлекаются во множественные коммуникативные ситуации, которые способствуют важному навыку — умению строить взаимодействие с разными людьми, умению слышать и слушать, соглашаться и возражать, договариваться и нести ответственность за коллективное дело. Однако именно на уроке чаще всего ребенок получает школьные психологические травмы в результате неконструктивных действий учителя, направленных на организацию дисциплины на уроке, формирование интереса к уроку, и системы оценивания знаний ученика. Так, педагог, руководствуясь потребностью в повышении качества знаний ученика, может публично указать на уровень развития интеллекта ребенка, его способностей и возможности дальнейшего развития. Чаще всего комментарии и оценка личности ребенка дается в присутствии всего класса, что усугубляет ситуацию. Многие педагоги не задумываются о том, что именно публичность оценки поступков детей, их способностей и поведения является травмирующим фактором, способным не только спровоцировать снижение самооценки, сформировать чувство обиды на педагога, но и желание не посещать школу.

Психотравмирующим фактором, способным спровоцировать чувство обиды на учителя, является ситуация, когда педагог комментирует действия родителей ученика и дает оценку их методам воспитания, материальному положению, а порой и в целом семье. Если учитель-предметник или классный руководитель постоянно напоминает ребенку, что именно его учебная деятельность снижает все показатели класса, что именно он «тянет» класс вниз, тогда последствия могут

самые непредсказуемые: от формирования комплекса неполноценности, неуверенности в себе, нежелания посещать школу до суицидальных намерений, идеи отомстить успешным одноклассникам или самому учителю.

В педагогической практике часто встречаются ситуации противопоставления одних учеников класса другим. Троечников ориентируют на отличников, пассивных детей — на социально активных школьников. Такой прием, возможно, и дает какой-то результат, но объективно дети не стремятся подражать успешным сверстникам или ориентироваться на тех, с кем их сравнивает учитель.

Тревожность и отрицательные эмоциональные переживания на уроках рассматриваются в контексте помехи, препятствующей усваивать школьную программу и тормозящей личностный рост. Тревожность в различных ее проявлениях традиционно рассматривается в ряду таких понятий, как беспокойство, страх, стресс [8].

Под тревожностью понимается переживание эмоционального дискомфорта, связанное с ожиданием неблагополучия, с предчувствием грозящей опасности. Ситуативная тревожность рассматривается как временное эмоциональное состояние человека. Оно возникает как реакция на стрессовую ситуацию и является сходным у большинства детей. В состоянии ситуативной тревожности человек испытывает краткосрочное или длительное беспокойство, напряжение, озабоченность, нервозность.

Несмотря на то, что задача школы — создать такое психологическое пространство, чтобы в нем было хорошо каждому ребенку, сегодня особо остро стоит проблема психологического благополучия школьников на уроке.

Главным критерием такого психологического пространства является безопасная среда, атмосфера психологического комфорта, которая является одновременно развивающей и психотерапевтической, поскольку в этой атмосфере исчезают барьеры, снимаются психологические защиты, и энергия расходуется не на тревогу или борьбу, а на учебную деятельность, на продуцирование идей, на творчество [9].

Психологическая комфортность на уроке необходима для развития ребенка и усвоения им знаний, от этого зависит физическое состояние детей, адаптация к конкретным условиям, к конкретной образовательной и социальной среде. Создание атмосферы доброжелательности на уроке позволит снять напряженность и невроты, разрушающие здоровье детей.

Психологический комфорт современного урока можно создавать в самом его начале: педагог обращается к ученикам приветливо и доброжелательно, демонстрирует свое внимание ко всем ученикам и мотивирует на активное участие в уроке, показывает конечную цель

урока, при этом создает атмосферу доброжелательности и позитивного настроения.

Позиция учителя на уроке, его поведение, стиль общения, приемы обращения к ученикам, методы мотивирования детей, методы оценивания знаний серьезно влияют на климат урока, отношение детей к уроку. Овладение культурой слова — неотъемлемый компонент подготовки учителя, его профессионального становления.

Благоприятный климат на уроке зависит от многих и многих факторов. Педагогу важно помнить, что психологический климат начинается до урока. Отношение учителя к ученику — это важнейшая детерминанта психологической атмосферы урока. Стиль общения, культура, педагогическая этика — все оказывает непосредственное влияние на самочувствие школьников. Психологический дискомфорт детей на уроке и в школе часто идет от профессионального бессилия учителя, когда нет опыта адекватного реагирования на непредсказуемые действия ученика и нет конкретных знаний в области решения конфликтов в ученической среде.

Выделяют ряд факторов, способствующих благоприятному климату на уроке:

- учитель должен входить в класс с хорошим настроением и уметь настроить себя на позитивное, доброжелательное общение с учениками;

- ни при каких обстоятельствах не показывать детям свое негативное отношение к работе (если есть такие моменты) и не демонстрировать свои личные отношения внутри коллектива, если они носят конфликтный характер;

- учитель должен владеть знаниями о возрастных особенностях школьников, их базовых потребностях;

- педагог должен развивать в себе наблюдательность, педагогическую зоркость, чтобы своевременно, гибко и адекватно реагировать на ту или иную ситуацию на уроке;

- одним из самых «кризисных» этапов урока является решение вопросов, связанных с нарушениями дисциплины, конфликта между одноклассниками, и урегулирование конфликта между учителем и классом;

- острой педагогической ситуацией является ситуация противопоставления одних учеников другим и явное выделение «любимчиков»;

- проблемный ученик не сможет быстро измениться и стать другим, лучше выбирать задачи, которые помогут добиться небольших изменений в его поведении;

- занятость ученика на уроке — это то, чем может управлять учитель на уроке. Не надо ждать, когда понадобятся дисциплинарные меры, а сразу необходимо начать управлять классом — задавать темп,

порядок смены видов работ, использовать практические задания, чтобы у детей не было причин отвлекаться.

Уверенная в себе личность, творческая и способная к самореализации, может сформироваться в условиях такого психологического пространства, где ребенку с первого класса обеспечиваются следующие условия для развития:

- создается особый психологический климат урока, который проявляется в эмоционально-психологическом настрое учителя и учеников;
- создаются ситуации, где ребенок сможет закрепить за собой установку «Я — могу!», веру в себя, научится преодолевать трудности;
- предоставляется возможность выражать свое «Я», делать выбор со своими ценностными ориентациями;
- поощряются генерирование идей, выдвижение разного рода инициатив, внесение своих предложений;
- развивается готовность и умение брать на себя ответственность;
- создаются условия для самореализации в соответствии со способностями и возможностями;

Учитель должен оказывать первую помощь жертве и свидетелям. Очень важно, чтобы оказавшийся жертвой ученик понял, что ему есть на кого положиться и к кому обратиться. Жертвы буллинга крайне нуждаются в помощи извне, поскольку представление о том, что жертва самостоятельно (без посторонней помощи) может справиться с ситуацией, является мифом. *(Кривцова С.В. Вместе против насилия в школе: организационная культура школы для профилактики насилия в ученической среде: практическое пособие для педагогов и администрации образовательных организаций. М.: ООО «Русское слово — учебник», 2018. 96 с. (ФГОС. Внеурочная деятельность. Мир без агрессии).*

Каждый ученик школы должен знать, куда он может обратиться за помощью в школе (к кому) в ситуации буллинга

Позиция учителя должна быть четкой и недвусмысленной. Он должен защищать и поддерживать жертву

Правила против буллинга для всего класса должны быть приняты после совместного обсуждения всем классом и служить мерой профилактики

Учителя должны научиться оценивать степень жестокости буллинга, а в случае физического или жесткого психологического насилия обратиться за помощью к специалистам, в том числе в полицию

**За проблемами поведения всегда стоят негативные эмоции,
спровоцированные неудовлетворённой потребностью**

**Модель целей проблемного поведения детей Р. Дрейкурса
(дополненная)**

Какую эмоцию испытывает ученик	Что с учеником, для чего он себя так ведет
Раздражение	Ребёнок на уроке ищет внимания. Ученик не вовлечен в урок или взаимодействие с учителем таким образом, чтобы чувствовать свою значимость для учителя.
Гнев	Гнев возникает в ответ на определенные действия учителя, ребенок может бороться с учителем за власть и влияние на уроке. Ученика может не устраивать ситуация, когда он ничего не решает сам, и он пытается самовыражаться за счет привлечения к себе внимания и конкуренции с учителем.
Обида	Ученик может мстить учителю или всем взрослым в лице учителя. Ребенок может испытывать психологическую боль из-за отношения взрослых и перестает доверять всему, что говорят и делают взрослые.
Бессилие	В ситуации неуверенного поведения и ощущения бессилия ученик может вызывать к себе жалость, чтобы избежать педагогических мер. Бессилие — чувство, способное провоцировать самоповреждающее поведение. Необходимо помочь ребенку поверить в себя и создать ситуацию успеха для повышения самооценки и мотивации на учебные достижения.

**Психолого-педагогическая поддержка ребенка
в образовательной организации как условие профилактики
буллинга и суицидального поведения детей и подростков**

Осознание педагогической общественностью инновационного характера педагогической поддержки способствовало тому, что термин получил статус педагогической категории — стал общим фундаментальным понятием, отражающим реальные и повседневные явления педагогической практики и выражающим существенные свойства (нормы) педагогической деятельности нового типа, ориентированной

на саморазвитие каждого ребенка. Основой концепции было определение поэтапных задач:

- выявление и собственное понимание педагогом проблемы ребенка, осознание всей ситуации его саморазвития;
- помощь ребенку в освоении им данной ситуации и коррекции собственного понимания;
- совместная с ребенком рефлексия его проблемы, побуждение его к осознанию себя как суверенного субъекта самостоятельного жизненного опыта и действия;
- создание условий для осознания ребёнком перспективы собственного саморазвития.

Педагог, взаимодействуя с ребенком на основе норм поддержки, видит в проблеме ребенка не «стресс для себя» или факт «компромата» для последующих «оргвыводов», а точку личностного роста ребенка. Он вместе с ним создает в пространстве его саморазвития новую образовательную ситуацию, что делает ребенка реальным субъектом его собственного образования.

Педагогическая поддержка — процесс совместного с ребёнком определения его собственных интересов и путей преодоления проблем, мешающих сохранить человеческое достоинство и самостоятельно достигать желаемых результатов в различных областях жизнедеятельности (О.С. Газман).

Предмет педагогической поддержки — процесс совместного с ребенком определения его собственных интересов и путей преодоления трудностей, препятствующих саморазвитию и самореализации.

В основе педагогической поддержки — проблемы ребенка

Педагогическая поддержка — это технология, у которой есть свои методы и практики. Педагог (классный руководитель) проектирует и реализует определенную тактику исходя из:

- характера проблемы;
- обстоятельств, ее породивших;
- отношений ребенка и окружающих его людей к этой проблеме;
- уровня развития субъектных качеств ребенка.

Рассматривая педагогическую поддержку как часть профессиональной деятельности педагога (классного руководителя), можно выделить некоторые признаки этой деятельности:

- доверительные партнерские взаимоотношения взрослого и ребенка;
- развитие у ученика способности к рефлексии как механизму познания себя познания себя в проблеме;

- предъявление требований к ученику в соответствии с его реальными и потенциальными возможностями, возрастными кризисными зонами развития;
- поддержка и стимулирование усилий самого ребенка, а не их подмена;
- создание для ученика ситуации выбора и ответственности.

В основе педагогической поддержки лежит проблема ребенка (ученика). Как только ученик собирается приобщиться к чему-то (изучить, понять, сделать, создать и др.), у него появляются трудности, возникают препятствия. В условиях педагогической поддержки они используются как:

- «полигон» для развития субъектных способностей;
- предмет рефлексии;
- содержание для анализа причинно-следственных связей;
- основа проектирования деятельности;
- условие целенаправленной и активной деятельности по преобразованию сложившейся ситуации и выходу в управляющую позицию в отношении самого себя в проблеме.

Для ребенка разрешение проблемы — это не только постепенное снятие напряжения, улучшение его состояния, но и своеобразный тренинг, проводимый в реальной ситуации его жизнедеятельности

Каждый реальный позитивный результат разрешения проблемы, достигнутый благодаря активности самого ребенка, — это его позитивный опыт выстраивания отношения к себе как субъекту-деятелю, способному управлять ситуацией, противопоставляя обстоятельствам свою волю и активность. Стратегия педагогической поддержки заключена в переводе ребенка из пассивной позиции жертвы и потребителя в активную — субъекта деятельности по разрешению проблемы. Она находит свое выражение в четырех основных тактиках — защиты, помощи, содействия, взаимодействия, каждая из которых ориентирована на свой тип проблем.

Педагог (классный руководитель), имеющий цель обеспечить самореализацию школьников на этапе педагогической поддержки, должен иметь следующие личностные профессионально значимые качества:

- принятие педагогической поддержки как особого рода профессиональной педагогической деятельности, знание, умение применять на практике ее методы;

– овладение основными тактиками педагогической поддержки, готовность защищать, поддерживать, сопровождать ребенка в учебной деятельности;

– способность строить рефлексивную деятельность, основанную на умении критически и бесстрастно анализировать собственный опыт, делая его предметом самоанализа;

– умение проектировать собственную деятельность, центрированную на целях и проблемах ученика;

– открытое доброжелательное общение с учеником и его родителями;

Совокупность личностных качеств и профессиональных умений и навыков по оказанию педагогической поддержки рассматривается как одно из условий обеспечения самореализации школьников в учебном процессе.

Тактики педагогической поддержки представляют собой варианты целенаправленных методов деятельности, объединенные единым замыслом и отражающие возможную динамику развития субъективного опыта ребенка.

№	Тактика педагогической поддержки	Описание	Необходимые знания, умения и навыки педагога для реализации этой тактики
1.	Тактика защиты В основе любой мотивации, в том числе учебной, лежат потребности. Согласно пирамиде А. Маслоу, одной из первых является потребность в безопасности и защищенности. Тактика защиты нужна, когда ребенок не проявляет активности (желания дей-	Педагог защищает ребенка от негативных обстоятельств, блокирующих его активность и развитие; смягчает негативные обстоятельства, развивает в ребенке способность избавиться от страха перед обстоятельствами. Кредо тактики защиты — ребенок не должен оставаться жертвой обстоятельств.	- разбираться в функциональных конфликтах, не втягиваясь в конфликты межличностные; - организовать вокруг себя людей, готовых защищать права ребенка; - использовать ресурсы, находящиеся за пределами школы, для реализации целей, связанных с педагогической поддержкой.

	ствовать) в пределах проблемы.		
2.	Тактика помощи рассчитана на детей, которые, защищаясь от школьных проблем, блокируют свою активность, не верят в свои силы, боятся внешней оценки.	Заключается в эмоциональной поддержке ребенка и в создании условий, благодаря которым он обращается к самоанализу, самопознанию, обнаруживает свои реальные возможности («Я могу!»).	Умение классного руководителя помочь ребенку повысить самооценку и поверить в свои возможности.
3.	Тактика содействия развивает критические, аналитические способности ребенка, он учится концентрировать их на осознании того, что любая проблема имеет как минимум два решения. Педагог содействует ребенку в преодолении страха перед неизвестным. Он целенаправленно создает условия для развития способностей школьника совершать выбор, содействуя расширению его субъективного опыта.	Кредо тактики содействия — поддерживать познавательную активность ребенка. Она направлена на оценку ребенком собственных возможностей, желаний, ресурсов, интересов.	Важный навык учителя — владение приемами повышения учебной мотивации как на уроке, так и во внеурочной деятельности. От учителя требуется умение понимать индивидуальность каждого ребенка и опираться на личностные особенности ученика во взаимодействии с родителями.
4.	Тактика взаимодействия. Образовательный	Важный признак тактики взаимодействия: ребенок ста-	Педагог создает ситуации для совместной длительности

<p>эффект тактики взаимодействия состоит прежде всего в том, что ребенок обретает опыт проектирования совместной деятельности.</p> <p>По мере перехода ребенка из начального звена в среднее и далее в старшее ребенок все меньше нуждается в тактике защиты и все больше — в помощи и содействии.</p>	<p>новится инициатором самостоятельных действий и осознает необходимость объединения усилий с другими людьми для решения проблемы, выполнения задуманного. У него возникает потребность договориться с другими о помощи себе.</p>	<p>ученика и учителя и групповой коллективной деятельности учеников.</p> <p>Тактика взаимодействия возможна только в пространстве межличностного взаимодействия. Взаимодействие может осуществляться с помощью диалога, конструктивного общения, договора.</p>
--	---	--

Переход от практики прямого и грубого вмешательства в жизнь школьника к организованной педагогической поддержке не может происходить сам собой, по мере назначения классного руководителя. Требуется специальная подготовка по овладению принципиально новым уровнем профессионального мастерства.

Для организации целенаправленного воспитательного процесса классный руководитель может освоить технологию совместного творческого воспитания. В этой технологии можно выделить три основных элемента:

- совместное планирование предстоящего дела (мероприятия)
- целеполагание совместной деятельности;
- совместная подготовка и проведение дела (мероприятия) — выбор средств достижения цели и совершаемого для этого действия);
- совместный анализ достигнутых результатов (самооценка).

Новейшая методология воспитания обязательно должна вывести классного руководителя современной школы на новую мировоззренческую платформу.

Через призму взаимоотношений «педагог — дети» преломляются любые педагогические влияния.

Педагогическое взаимодействие можно охарактеризовать как оптимальное, конструктивное, полноценное в том случае, если обще-

ние субъектов взаимодействия включает и коммуникативную, основанную на обмене информацией, и продуманную организацию совместной деятельности, учитывающую индивидуальные возможности субъектов деятельности, и достижение взаимного понимания, основанного на эмоциональном принятии друг друга.

Виды и правила взаимодействия субъектов образования (Е.В. Коротаева)

Наименование	Содержание механизма взаимодействия
Защита	Процесс ограничения, отсеивания жизненно важных интересов ребенка в случае физической и (или) психической опасности при условии, если ребенок не справляется или просит о защите.
Помощь	Обеспечение становления индивидуальности с демонстрацией способов и приемов разрешения трудностей при условии, если ребенок не справляется или просит о защите.
Поддержка	Создание условий (совместно с ребёнком) для сознательного самостоятельного разрешения им ситуации выбора при условии, если ребенок не справляется сам.
Сопровождение	Процесс заинтересованного наблюдения, консультации, личного участия, поощрения максимальной самостоятельности подростка в проблемной ситуации при минимальном по сравнению с поддержкой участии педагога.

Продуктивность и успешность взаимодействия в образовательном процессе (особенно на начальных этапах) зависят именно от педагога, от его умения создать условия для совместного творческого, интересного процесса получения знаний. Несмотря на многообразие форм реализации интерактивных методов, существуют определенные правила их использования, соблюдение которых формирует культуру рефлексивного мышления и вооружает учащихся интерактивными навыками поведения. К ним можно отнести:

- нет «актеров» и «зрителей» — все участники;
- каждый участник заслуживает того, чтобы его выслушали, не перебивая;
- критикуются идеи, а не личность ученика;
- цель дискуссии не в победе какого-либо одного мнения, а в возможности найти лучшее решение, узнав разные точки зрения на проблему.

Будучи приверженцем гуманистических идей, О.С. Газман считал, что воспитательное взаимодействие между педагогом и ребенком следует строить на основе гуманистических принципов. Он советовал воспитателям соблюдать в педагогической деятельности следующие правила:

1. Ребенок не может быть средством в достижении педагогических целей.
2. Самореализация педагога — в творческой самореализации ребенка.
3. Всегда принимай ребенка таким, какой он есть, в его постоянном изменении.
4. Все трудности неприятия преодолевай нравственными средствами.
5. Не унижай достоинства своей личности и личности ребенка.
6. Дети — носители грядущей культуры. Соизмеряй свою культуру с культурой растущего поколения. Воспитание — диалог культур.
7. Не сравнивай никого ни с кем, сравнивать можно результаты действий.
8. Доверяя — не проверяй!
9. Признавай право на ошибку и не суди за нее.
10. Умей признать свою ошибку.
11. Защищая ребенка, учи его защищаться.

Уточняя и корректируя правила деятельности педагога в контексте педагогической поддержки, Н.Б. Крылова называет нормы поддержки, которые должны быть заложены в профессиональной позиции учителя (воспитателя). К ним она относит следующее:

- любовь к ребенку, безусловное принятие его как личности, душевная теплота, отзывчивость, умение видеть и слышать, сопереживать, милосердие, терпимость и терпение, умение прощать;
- приверженность к диалоговым формам общения с детьми, умение говорить по-товарищески (без сюсюканья и без панибратства), умение слушать, слышать и услышать;
- уважение достоинства и доверие, вера в миссию каждого ребенка, понимание его интересов, ожиданий и устремлений;
- ожидание успеха в решении проблемы, готовность оказать содействие и прямую помощь при решении проблемы, отказ от субъективных оценок и выводов;
- признание права ребенка на свободу поступка, выбора, самовыражения; признание воли ребенка и его права на собственное волеизъявление (право «хочу» и «не хочу»);
- поощрение и одобрение самостоятельности, независимости и уверенности в его сильных сторонах, стимулирование самоанализа; признание равноправия ребенка в диалоге и решении собственной проблемы;

- умение быть товарищем для ребенка, готовность и способность быть на стороне ребенка (выступая в качестве символического защитника и адвоката), готовность ничего не требовать взамен;
- собственный самоанализ, постоянный самоконтроль и способность изменить позицию и оценку/самооценку.

Взаимодействие педагога с родителями

Школа и семья должны нести взаимную ответственность за сохранение физического и психологического здоровья детей, сотрудничать и искать совместные решения по оказанию эффективной помощи детям в различных рудных ситуациях. Однако у школы и семьи не всегда бывает единая стратегия взаимодействия и реагирования на поведение ребенка, не противоречащая правилам и нормам школьной жизни. Бывает, что родители отказываются признавать проблемы своих детей и «списывают» на ошибки педагогов.

Имеется немало причин того, что родители не хотят признавать наличие проблем в воспитании своего ребенка:

1. Для родителей признать проблему ребенка — значит признать наличие недостатка или ошибки в самом себе. Родители отрицают проблемы, чтобы защитить свою самооценку и свои родительские амбиции.

2. Если родители признают, что у их ребенка есть пробелы в воспитании, то необходимо действовать и предпринимать какие-то меры, менять методы воспитания. Родители не хотят брать ответственность или менять свой привычный стиль семейного взаимодействия, а порой просто попустительски относятся к воспитательному процессу своих детей.

3. Многие родители не осознают свои родительские обязанности.

Когда родители не хотят говорить о проблемах ребёнка, с ними надо говорить о решениях [10].

Действия педагога в общении с родителями

Педагог в общении с родителями должен сообщать факты, а не выводы.

Нельзя говорить родителям о том, какой ребенок. Необходимо говорить о событии и ситуации, которые вызвали беспокойство педагога.

В общении с родителями всегда надо быть корректным в форме высказываний и осторожным в их содержании.

От способности продемонстрировать внимательное слушание зависит ход дальнейшего разговора с родителями. Необходимо поделиться с родителями способами взаимодействия с учеником и своим беспокойством по поводу дальнейших успехов ученика и его поведения, опираясь на желание помочь ученику [10].

Рекомендации родителям

Всем взрослым, кто общается с подростками, надо избегать крайних форм критики, сопряженной с переходом на личность. Не нужно обобщать один конкретный случай и переводить в категории «всегда» и «никогда»: «С тобой всегда одни проблемы», «Ты опять, как всегда, в своем репертуаре», «Бесполезно что-то тебе говорить, ты никогда не слышишь». Часто родители произносят эти слова своим детям при появлении первых трудностей, но соотносят это с категорией всегда и постоянно.

Родители должны постоянно находиться в диалоге с ребенком, много разговаривать, задавать вопросы, с пониманием относиться к значимым проблемам ребенка, не отрицая их важность. Конфликты между детьми и родителями часто возникают из-за того, что для родителей проблема ребенка может казаться совсем не важной, а для ребенка быть очень значимой. Ребенок в ситуации непонимания взрослыми волнующих его вопросов делает вывод, что родители его не понимают, им его жизнь безразлична. Для родителей не может быть ничего неважного в жизни его ребенка, важно все: настроение, интересы, круг общения, достижения, успехи и неудачи, отношение к миру, людям, система взглядов и ценностей, планы и ожидания. Важно, чтобы в семье были традиции, уважение и внимательное отношение членов семьи друг к другу, время для совместного досуга и простого общения. Главное, у каждого ребенка должна быть уверенность в том, что в его жизни есть кто-то, кто всегда поймет, поможет, подскажет, примет и будет любить, независимо от достижений и других условий.

Рекомендации начинающему педагогу

1. Умей радоваться даже маленьким успехам своих обучающихся и сопереживать их неудачам.
2. Ты очень близкий человек для своего обучающегося. Постарайся, чтобы он был всегда открыт для тебя. Стань ему другом и наставником.
3. Не бойся признаться в своем незнании какого-нибудь вопроса. Будь вместе с детьми в поиске.

4. Постарайся вселить в ребенка веру в себя, в его успех. Тогда многие вершины для него станут преодолимыми.
5. Не требуй на занятии «идеальной дисциплины». Не будь авторитарным. Помни, что занятие — это частичка жизни ребенка. Он не должен быть скованным и зажатым. Формируй в нем личность открытую, увлеченную, раскованную, способную творить, всесторонне развитую.
6. Стремись к тому, чтобы твои занятия не стали шаблонными, проведенными «по трафарету». Пусть на занятиях совершаются открытия, рождаются истины, покоряются вершины, продолжаются поиски.
7. Каждая встреча с педагогом должна стать для родителей полезной и результативной. Каждое собрание — вооружить их новыми знаниями из области педагогики, психологии, процесса обучения.
8. Входи в кабинет с улыбкой. При встрече загляни каждому в глаза, узнай его настроение и поддержи, если ему грустно.
9. Неси детям добрую энергию и всегда помни, что «ребенок — это не сосуд, который необходимо наполнить, а факел, который надобно зажечь».
10. Будь в поиске возможности найти путь преодоления постигшей неудачи.
11. Помни, каждое твое занятие должен быть пусть маленьким, но шагом вперед, к узнаванию нового, неизвестного.
12. Помни, что в обучении ребенок всегда должен преодолевать трудность, ибо только в трудности развиваются способности, необходимые для их преодоления. Умей определить планку трудности. Она не должна быть завышенной или заниженной.
13. Учи своих школьников трудиться. Не ищи легкого пути в обучении. Но помни, как важно поддержать, ободрить, быть рядом в трудной ситуации. Чувствуй, где необходимы твое плечо, твои знания, твой опыт.
14. Если думаешь, какой из двух баллов выбрать, — не сомневайся, поставь высший. Поверь в ребенка. Дай ему крылья. Дай ему надежду.
15. Не скрывай от детей своих добрых чувств, но помни: среди них никогда не должно быть особого места для любимчиков. Постарайся в каждом ребенке увидеть индивидуальность. Открой его ему самому и развей в нем то скрытое, о чем он и не подозревает.
16. Помни о том, что ребенку должно быть интересно на занятии. Только когда интересно, ребенок становится внимательным.
17. В общении с родителями своих обучающихся помни, что их дети — самое дорогое в жизни. Будь умен и тактичен. Находи нужные слова. Постарайся не обидеть и не унижить их достоинство.

18. Не бойся извиниться, если оказался неправ. Твой авторитет в глазах обучающихся только повысится. Будь терпелив и к их ошибкам.
19. Живи с детьми полной жизнью. Радуйся и огорчайся вместе с ними. Увлекайся и удивляйся. Шути и наставляй. Учи быть нетерпимыми ко лжи и насилию. Учи справедливости, упорству, правдивости.

Рекомендации классному руководителю

1. Для предупреждения открытого конфликта между детьми в классе необходимо своевременно реагировать на ситуации, в которых кто-то из школьников может пострадать от буллинга. Классный руководитель, владея информацией о личностных особенностях детей своего класса, организует мероприятия для возможной творческой самореализации каждого ученика и удовлетворения потребности в общении со сверстниками.
2. Классный руководитель должен оперативно решать конфликтные ситуации между детьми, если они сопровождаются насмешками, унижением, оскорблениями, открытой травлей. Для комплексного и компетентного подхода рекомендуется привлекать школьного психолога к предупреждению разногласий в детском коллективе на основе проведения целенаправленной диагностической и развивающей работы.
3. В отношениях с учениками своего класса и другими школьниками недопустимо проявление враждебности и личной неприязни. Категорически запрещается публичное унижение личности отдельного ученика.
4. Рекомендуется выявить проблемную зону класса, которая не позволяет стать сплоченным и дружным коллективом. В каждом классе есть своя неповторимая атмосфера общения, не рекомендуется в педагогическом коллективе сравнивать классы между собой.

ГЛАВА 2

§ 1. РОЛЬ КЛАССНОГО РУКОВОДИТЕЛЯ В СОЗДАНИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКИ КОМФОРТНОЙ, БЕЗОПАСНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ

Воспитывает все: люди, вещи, явления, но прежде всего и дольше всего — люди. Из них на первом месте — родители и педагоги.

А.С. Макаренко

Система образования должна оперативно реагировать на вызовы времени, прежде всего, компетентностью педагогов и классных руководителей. Многочисленные актуальные задачи определяют необходимость принципиальных изменений, переход на более высокий уровень развития профессионального самосознания классного руководителя. Совершенствование таких личных качеств, как мобильность, динамизм, гибкость, обусловлено необходимостью быть посредником между интересами ребенка, его родителями, с одной стороны, и педагогическим коллективом и руководством школы — с другой. Состоявшееся в XXI веке признание прав детей требует методической и психологической грамотности классного руководителя в вопросах оказания психолого-педагогической помощи детям в процессе обучения, развития и воспитания, в том числе в экстренных и чрезвычайных ситуациях, требующих немедленного реагирования. На этапе серьезных рисков в отношении социально-психологического благополучия детей в образовательной организации актуализируется значимость классного руководителя как высококвалифицированного специалиста, мотивированного на постоянное совершенствование своих компетенций и умеющего ориентироваться в многообразии мира детства. Решение сложнейших задач, стоящих перед воспитанием, невозможно без обновления содержания и форм деятельности классного руководителя и его психологической компетентности.

В рамках ФГОС современный классный руководитель должен уметь на высоком уровне, комплексно и творчески решать сложные профессиональные задачи, поскольку востребован не просто предметник, а педагог-исследователь, педагог-психолог, умеющий проводить мониторинг, диагностику, прогнозировать результат, творчески при-

менять известные и разрабатывать авторские идеи, методические приемы.

В истории развития российской школы институту классного руководства всегда отводилось важнейшее место, так как именно классному руководителю принадлежит ведущая роль в формировании и становлении личности ребёнка, раскрытии его самобытности, способностей и потенциальных возможностей, в защите его интересов.

Классное руководство в России насчитывает более 130 лет. За это время изменились не только функции и обязанности классного руководителя, но и само понятие классного руководства в школе.

Какую роль выполняет классный руководитель сегодня? Чего ожидает от классного руководителя нынешний ученик, яркий представитель поколения Z? Какие надежды на классного руководителя возлагают администрация школы и родители? Все эти вопросы остро встают перед образованием, главная цель которого не наполнение ученика знаниями, а подготовка его к жизни и труду в современном цифровом мире.

Именно классный руководитель имеет возможность формировать высокую мотивацию к обучению, оказывать своевременную психолого-педагогическую помощь детям, имеющим личностные и учебные трудности, создавать систему сотрудничества с семьей школьника.

Современный классный руководитель должен знать:

- нормативно-правовые документы, регламентирующие профилактическую работу, в том числе по профилактике безнадзорности и правонарушений в образовательной среде;
- психолого-педагогические основы адресной помощи детям, в том числе детям с особыми образовательными потребностями (одаренные, дети с девиациями в поведении, с ОВЗ);
- основы комплексной работы в школе в направлении профилактики радикализма, экстремизма, терроризма и саморазрушающего поведения молодежи.

В проекте модернизации педагогического образования отмечено, что, «несмотря на глобальные изменения информационного пространства, постоянное совершенствование образовательных технологий, интерактивных образовательных ресурсов, ведущая роль в содействии развитию личности по-прежнему принадлежит учителю. Именно он, как личность и профессионал, обеспечивает вхождение подрастающего поколения в мир культуры и социальных отношений, принимает непосредственное участие в процессе формирования у детей «Я-концепции», образа окружающего мира и места человека в нем, системы отношений к себе, другим, природе и обществу, бытию в целом. Нельзя говорить о качественном образовании в школе, если уче-

ники не соблюдают социальные нормы и не могут спланировать свое развитие в течение жизни. Именно сегодня важно развивать социальную ответственность школьников, включая в воспитательные программы урочные и внеурочные мероприятия, направленные на формирование ответственного поведения, самостоятельности и «гибких» навыков, которые могут меняться в течение всей жизни. Под «гибкими» или «мягкими» навыками (soft skills) понимают:

- личностные качества и установки — ответственность, дисциплину, инициативность;
- социальные навыки — эмоциональный интеллект, работу в команде, лидерство, умение разрешать конфликтную ситуацию;
- менеджерские способности — управление временем, решение проблем, критическое мышление.

Воспитательные функции в общеобразовательной организации выполняют все педагогические работники. Однако ключевая роль в решении задач воспитания принадлежит классному руководителю. Признание стратегической значимости классного руководства может способствовать изменению ситуации в сфере воспитания и профилактики различных форм асоциального поведения детей и подростков.

В настоящее время основной заботой классного руководителя становится своевременное выявление различных нарушений в сфере физического, эмоционального и морально-психологического благополучия и устранение факторов, тормозящих процесс получения школьниками качественного образования.

Современный классный руководитель призван создать максимальные условия для самоопределения и самореализации в значимой для школьников деятельности. Новые задачи по управлению образовательными результатами каждого ученика и его социализацией требуют наличия у классного руководителя управленческих компетенций (анализ, прогноз, планирование, координацию, организацию, контроль), адекватного реагирования на чрезвычайные ситуации, навыков эффективного взаимодействия со всеми участниками образовательных отношений. Любые задачи решаются эффективно только тем классным руководителем, у которого эта работа приведена в систему.

Современный классный руководитель — это лидер коллектива, пример для учеников и родителей, для других учителей, прекрасный организатор и по-прежнему педагог, который транслирует главные человеческие ценности, цели и задачи школы, является основным проводником и детей, и родителей в образовательной среде, поэтому его педагогические компетенции должны быть на высочайшем уровне.

Классному руководителю важно быть методически гибким и отказаться от практики «трансляции знаний», демонстрировать своим ученикам умение учиться и извлекать опыт.

Социальная компетентность — один из наиболее важных факторов реализации потенциала и достижения успеха в жизни. Современная школа имеет все возможности, чтобы отвечать запросам учеников. Классный руководитель знает и понимает интересы, склонности и потребности каждого ребенка и может правильно построить индивидуальные маршруты для раскрытия и развития его личной одаренности. Классный руководитель интегрирует огромные возможности, помогает ребенку в них разобраться и найти главное.

С точки зрения отечественной психологии, воспитание — это помощь растущему человеку в осознании своих собственных устремлений и возможностей, всех личностных смыслов социального, в развитии его потенциальных способностей, в развитии культуры его мышления и культуры чувств, культуры духовной жизни и культуры взаимоотношений с разными людьми, культуры поведения [11].

От классного руководителя во многом зависят успехи и будущее школьника. Важно на ранних этапах обучения формировать у детей личную позицию, аналитическое мышление, умение принимать правильные решения, нести ответственность за свой выбор. В эпоху перемен и необходимости жить в постоянно меняющемся мире подростки и старшеклассники должны работать над формированием таких навыков и качеств, которые помогут принимать правильные решения, стать жизнестойкими и успешными. Для решения этой задачи классному руководителю необходимо владеть широким спектром приемов развития универсальных компетентностей у детей, актуальных для быстро меняющегося мира XXI века, чтобы каждый выпускник чувствовал себя уверенно после окончания школы и смог отвечать на вызовы своего времени.

Быть классным руководителем — значит быть другом ребят, понимать и поддерживать их, уметь смотреть на мир глазами ребенка. Защитная функция класса предполагает создание эмоционально-комфортной среды, в которой отсутствуют унижения, оскорбления личного достоинства каждого ученика класса, а развивается сплоченность и чувство «мы», основанное на взаимоуважении и взаимной поддержке друг друга.

В пространстве школьной жизни задача классного руководителя — организовать такие мероприятия, которые станут для детей настоящим событием. Тематические, яркие, волнующие мероприятия обязательно должны предполагать живую ситуацию общения. Классный руководитель должен убедиться в том, что в индивидуальном восприятии своих жизненных перспектив у школьников нет одной линии

развития. Будущее в сознании детей должно иметь множественные разветвленные тропинки, где путь по каждой тропинке — это новый опыт, уроки и пробы, поиск самого себя, новые встречи и новые знания.

Современный классный руководитель — наставник, помогающий каждому ребенку и понимающий его потребности, настроение, чувства и эмоции. Я.А. Каменский считал, что главное назначение учителя состоит в том, чтобы своей любовью к людям, знаниями, трудолюбием и другими качествами стать образцом для подражания со стороны учащихся и личным примером воспитывать у них человечность. Авторитет — главный инструмент классного руководителя. Авторитетный классный руководитель играет роль «значимого взрослого», его уважают, к нему прислушиваются, с ним советуются, ему доверяют. Для классного руководителя важно понять, какие личностно значимые потребности стремится удовлетворить ребенок в школе. Как правило, это потребность в защите и безопасности, социальном самоутверждении и общественном признании, потребность самоутвердиться в коллективе сверстников.

Большую часть времени ребенок проводит в школе, в кругу своих одноклассников. Классный руководитель знает, что классный коллектив очень сильно влияет на формирование личности школьника, особенно подростка. Еще А.С. Макаренко определил законы жизни детского коллектива: это мажорный настрой, постоянная бодрость, готовность воспитанников к действию, чувство собственного достоинства, гордость за свой коллектив. Для того чтобы эмоции радости как главный критерий счастья сопровождали ребенка в школе, классному руководителю необходимо:

- никогда не наказывать весь класс за поведение одного ребенка;
- создать в классе атмосферу, в которой ребенку будет тепло и уютно, как в семье;
- помочь новичкам адаптироваться в коллективе;
- создать такие условия, чтобы, перешагнув порог школы, каждый школьник чувствовал, что его здесь ждут;
- обеспечить наличие в классе эмоционально насыщенных дел (событий), которые были бы личностно значимы для отдельного ученика и класса в целом;
- создать атмосферу сотрудничества, при которой каждый ребенок будет знать, каков его вклад в общий результат командной работы;
- советоваться с детьми своего класса, проявляя доверие и уважение к каждому члену коллектива.

Какими навыками должен владеть классный руководитель, чтобы создать атмосферу психологического комфорта детей в школе и оказать психолого-педагогическую поддержку школьникам на всех этапах обучения?

Это навыки:

- оказания оперативной или систематической прямой и опосредованной помощи детям в решении индивидуальных проблем, связанных с обучением и социально-психологической адаптацией в образовательной среде;

- проектирования и осуществления педагогической деятельности по изучению конкретной проблемы того или иного ученика и тех возможностей, которые необходимы для того, чтобы проблема была не только решена, но и стала достоянием субъектного опыта ребенка;

- вариативной педагогической гибкости (строить свою педагогическую деятельность в соответствии с многообразием ситуаций);

- управления коммуникативными процессами в классе, предупреждения школьного буллинга;

- управления поведением детей в классе на основе понимания индивидуальности каждого ребенка и его актуальных потребностей;

- управление коммуникацией (эффективного взаимодействия), со всеми участниками образовательных отношений в интересах ребенка;

- алгоритма целенаправленных действий в различных экстренных, чрезвычайных ситуациях (ситуации выявления намерения ученика совершить противоправное действие, в том числе «Колумбайн», оказания педагогической поддержки «новичку» на этапе адаптации к одноклассникам и педагогическому коллективу, ситуации выявления суицидальных намерений школьника и др.).

Актуальные трудности современного классного руководителя

1. Низкий уровень профессионального самосознания и самомотивации на постоянный профессиональный и личностный рост.

2. Отсутствие мотивации к профессиональному совершенствованию по следующим причинам: собственная инерция, нехватка времени, пример и влияние коллег, отсутствие поддержки и помощи в этом вопросе со стороны администрации, ограниченные ресурсы, сжатые жизненные обстоятельства, недостаточная рефлексия и низкая критичность по отношению к себе в профессиональной деятельности.

3. Изменился социальный заказ — получила «официальное» признание задача развития ребенка в качестве основного результата и основной ценности образовательных воздействий. Для этого необхо-

димы не только смена привычных форм работы с детьми, но и принципиально новые подходы и технологии, освоение которых требуется незамедлительно:

- анализ ситуации в коллективе, которым педагог призван руководить;
- умение чётко формулировать смысл своей работы;
- умение доносить этот смысл до команды (ученики, родители, учителя-предметники, администрация).

4. Виртуальное социальное пространство, в которое погружены современные дети, формирует мировоззрение детей, разрушает систему ценностей и будущие ориентиры, что значительно повышает требования к подготовке мероприятий и усложняет поиск вариативных форм работы с детьми. Подмена реальных форм социализации виртуальными, ослабление вертикальных связей между детьми и взрослыми, между разновозрастными детьми приводят к самоизоляции детства, что предполагает постоянный личностный рост и совершенствование навыков классного руководителя в области построения эффективной коммуникации.

5. Примитивизация сознания детей, рост агрессивности, жестокости, цинизма, грубости, за которыми на самом деле скрываются страх, одиночество, неуверенность, непонимание и неприятие будущего. Все перечисленное значительно усложняет воспитательную работу и ставит перед классным руководителем новые задачи обеспечения безопасности детей в интернет-пространстве и проектирования адресных и целенаправленных воспитательных мероприятий с учетом цифровой информационной среды, ее активного влияния на сознание молодежи.

6. Высокий уровень требований администрации ОО, родителей школьников к качеству воспитательной работы в классе (школе).

7. Дефицит психологических знаний формирует потребность взаимодействия со специалистами (педагогом-психологом, социальным педагогом и др.).

8. Классные руководители нередко испытывают неуверенность, сомнение, тревожность от непредсказуемости, неуправляемости детьми и воспитательным процессом в некоторых случаях. Для предотвращения подобных состояний и ситуаций необходимо владение психологическими знаниями и новыми методиками взаимодействия с детьми разного школьного возраста.

9. Рост количества детей, стоящих на различных видах профилактического учета, определяет новые функции классного руководителя.

10. Классный руководитель должен выполнять функцию социальной защиты, которая предусматривает владение не только норма-

тивно-правовыми документами, но и разнообразием педагогических приемов поддержки детей «группы риска», современными методами профилактики правонарушений среди несовершеннолетних.

11. Несогласованность действий классного руководителя в организации профилактической работы приводит к повторным правонарушениям со стороны детей и низкому качеству воспитательных мероприятий.

12. Вопросы подростковой преступности, профилактики правонарушений среди несовершеннолетних являются одним из важных направлений и постоянно находятся в зоне внимания классного руководителя. Однако традиционная воспитательная работа не всегда является эффективной.

13. Перед классным руководителем встает вопрос поиска новых технологий и методов в вопросах профилактики и коррекции доминантного поведения несовершеннолетних.

14. Дефицит психологических знаний, необходимых для проведения качественной воспитательной работы, не позволяет учитывать все необходимые условия, которые обуславливают качество воспитательных мероприятий. У классного руководителя часто возникает трудность в понимании поведения отдельных учеников. Это связано с тем, что классный руководитель не умеет понимать мотивы и направленность личности ребенка, не видит за внешним поведением его актуальные потребности и ценности. Создать для детей возможности, используя которые ребенок сможет получать знания, планировать свою деятельность, ставить цели, понимать и оценивать себя, свой уровень притязаний в соответствии с возможностями, будет стремиться к саморазвитию, быть успешным и счастливым, — актуальный запрос родителей и детей к современной школе. Предупреждение отклонений в развитии личности и поведении детей и подростков требует их психологической иммунизации, т.е. обучения психогигиеническим навыкам поведения, умению делать правильный выбор. Для решения этих задач необходима выработка школьной политики, направленной на создание социально-педагогических условий, нейтрализующих негативное влияние различных деструктивных факторов. Важнейшая задача классного руководителя — это забота о взаимопонимании между ним и учениками, благоприятном социально-психологическом климате в ученическом коллективе. Как указывает Е.Н. Дзятковская, воспитывает сама среда воспитательного процесса:

- система отношений между учителями и школьниками;
- система отношений внутри ученического и педагогического коллективов;
- отношения между микросоциумами (группами педагогов или учеников).

15. Стереотипные реакции на различные ситуации педагогической деятельности часто не позволяют педагогически и психологически правильно реагировать на чрезвычайные и нестандартные ситуации.

Способность находить множество вариантов решения при одних и тех же условиях — навык, требующий креативного мышления и творческого подхода классного руководителя. Однако в некоторых ситуациях, связанных с небезопасными формами поведения детей, необходимо следовать четкой инструкции (алгоритму действий) во избежание негативных последствий.

§ 2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРЕОДОЛЕНИЮ ТРУДНОСТЕЙ И РЕШЕНИЮ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ПРОБЛЕМ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ КЛАССНОГО РУКОВОДИТЕЛЯ

Современному классному руководителю следует признать неоспоримый факт «Интернет — среда обитания детей и подростков». Необходимо:

- развивать аналитические компетенции, позволяющие вести активную информационно-просветительскую работу с детьми по противостоанию социальных манипуляций в виртуальном общении;
- знать и понимать, как влияют массовая молодежная субкультура, СМИ, Интернет на формирование ценностей молодежи;
- формировать отношение детей к реалиям — не негативное отношение, основанное на эмоциях, а интеллектуальное, аналитическое;
- активно вести профилактическую работу в области предупреждения вовлечения детей в деструктивные сетевые интернет-сообщества.

Классному руководителю важно признать, что повысить результативность воспитательной деятельности возможно при условии понимания четкого регламента взаимодействия с педагогами, администрацией ОО, детьми и родителями. Рекомендуется изучить не только нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность классного руководителя, но и концепции, целевые программы, определяющие направления, актуальные задачи и перспективные цели воспитательной работы в школе.

Главный залог успеха — это управленческая позиция классного руководителя как автора, проектировщика сообщества класса. Воспитательная работа должна быть направлена на развитие разнообразных личностных умений и навыков ребенка, в том числе на:

- формирование у школьников адекватной позитивной самооценки;
- повышение уверенности в себе;
- снижение депрессивных проявлений;
- умение управлять школьниками своими эмоциями, настроением;
- обучение адекватному восприятию возникающих проблем и находить способы их решения.

Классному руководителю рекомендуется овладение навыками организации внеклассных мероприятий на основе событийного подхода, влияющего на формирование сплоченности классного коллектива.

Для школьников классный руководитель — это человек, готовый помочь разобраться с возникающими у них жизненными и учебными проблемами и спланировать классный коллектив, создавая комфортные условия обучения для каждого.

Одним из важных и самых трудных элементов в работе классного руководителя является анализ воспитательного процесса и его результатов. Анализ воспитательной работы — это не констатация: что-то сделано, что-то не успели сделать. Анализ воспитательной работы — это выявление высоких и низких, положительных и отрицательных результатов воспитательной работы, а также причин, приведших к успеху или неудаче; это определение путей развития успеха или путей преодоления недостатков в работе.

При планировании содержания коррекционных и профилактических мероприятий необходимо не только учитывать представления о возрастных нормативах развития, но и активно опираться на знание особенностей той социальной и культурной среды, в которой воспитываются дети, их потребностей и ценностей. Классному руководителю рекомендуется выбрать такую форму информационно-просветительской работы с родителями, с помощью которой можно ответить на злободневные вопросы, которые ставит перед семьей и школой современное поколение. Необходимо использовать педагогические возможности самих родителей, выявить семьи, чей позитивный опыт воспитания может быть использован для примера и открытого обсуждения в группах малого состава. Семье нужно оказывать оперативную психолого-педагогическую помощь, чтобы родители могли получить ответ на вопрос, который их волнует сегодня. Главное — придать работе с семьей живой практический характер.

Работа с мотивацией на изменение ситуации, на поиск решения проблемы, на необходимость принятия конкретных решений — один из важных элементов в психопрофилактической работе. Мотивация (интерес) включает энергетические ресурсы человека. Без мотивации и интереса у ребенка включается режим «лень» (сохранение энергоресурсов для чего-то важного). Используйте различные мотивационные приемы для повышения интереса школьников к изучаемой теме и саморазвитию. Во время обсуждения тем классных часов необходимо использовать больше фактов, которые могут быть убедительными для детей и подростков (факты из жизни известных и любимых героев молодежи, факты из жизни спортсменов, актеров, художников, писателей, музыкантов). Факт — это события или явления, имевшие место в действительности. Факт обладает большой силой убедительности. Главное, что любой факт должен быть примером того, как герой преодолел свои слабости, трудности, препятствия на пути к достижению

своих целей и собственного саморазвития. Если вы будете готовить аргументы, то они должны быть краткими и убедительными.

Для формирования у школьников чувства доверия к классному руководителю необходимо демонстрировать личную заинтересованность и позицию взрослого человека, всегда отвечать на поставленные вопросы и давать отклик на ответ ученика и его личное мнение по обсуждаемой проблеме. Рефлексивное слушание — это обратная связь, отклик на то, что сообщил собеседник. Если в практической работе классный руководитель всегда будет давать свой отклик на услышанное, то у ребенка в ситуации обращения за помощью будет уверенность в том, что его понимают, слышат и его жизнь кому-то интересна. Всегда давайте обратную связь: взглядом, словом, прикосновением, эмоциями и даже тихим молчанием, которое будет демонстрировать то, что вы осмысливаете и обдумываете услышанное, ищете важные и нужные слова. Помните, что есть дети и взрослые, которые не любят много слов, и тогда вы применяете минимальные словесные реакции на услышанное. В некоторых случаях используйте минимальные словесные реакции: «Да, верно», «Это точно», «Так, так — понимаю». Если вы недостаточно поняли мысль, которую вам хотел передать говорящий, обязательно уточняйте: «Уточните, пожалуйста», «Не могли бы вы пояснить это примером». Важно помнить, что для старшеклассников важен поиск самих себя, важны вопросы, касающиеся личности, смыслов, будущего, нравственности, морали, добра и зла. Развивающая и профилактическая работа тогда будет иметь практическую направленность, когда на занятиях будут моделироваться конфликтные и самые обычные жизненные ситуации, провоцирующие участников на совершение личностного выбора и действия. Через эмоциональное сопереживание героям, проецирование проблемной ситуации на свой жизненный опыт (сопоставляя с какими-то своими жизненными сюжетами) участники занятий формируют новый опыт, который смогут перенести в жизнь.

Классный час — одна из основных форм воспитательной работы, он является обязательным, включен в школьное расписание и проводится каждую неделю. Классный руководитель во время проведения классного часа должен опираться на психологические механизмы, такие как восприятие, представление и понятие, обобщение, установка, привычка, личностный смысл.

На практических занятиях классного часа рекомендуется:

- начинать классный час с «пролога» — этапа психологического настроя и готовности к интеллектуальной и духовной работе;
- использовать различные приемы для повышения мотивации школьников к личностному росту и формирования их собственной потребности в саморазвитии;

– любое упражнение сопровождать диалогом, комментариями, подтверждающими личную включенность классного руководителя (психолога) в эту работу. Никогда не оставлять без комментариев и ответа любой вопрос, любую реплику, любую заинтересованность участника занятия;

– перед началом каждого классного часа четко формулировать цель с предполагаемыми конечными результатами, в завершении проанализировать и оценить проведенное занятие, подвести итоги и результаты;

– следить за тем, чтобы объектом критики являлось мнение, а не ребенок, выразивший его, если точка зрения ребенка в обсуждаемой проблематике будет неправильная;

– рекомендуется создать дружескую атмосферу во время организации дискуссии, обеспечить свободу мнений, широкое вовлечение в разговор как можно большего количества детей;

– при подготовке к проведению тематического классного часа заранее подготовить вопросы, которые можно было бы ставить на обсуждение по ходу занятия, чтобы не дать погаснуть дискуссии;

– приводить соответствующие примеры и учить этому детей. Понимание слов и понятий посредством примеров является основным принципом обучения. «Живые» и неординарные примеры производят более глубокое впечатление;

– моделировать ситуации из жизни, приводить конкретные примеры достижений известных людей и показывать перспективы полученных знаний, создавать условия для неформального, эмоционально теплого отношения с учениками.

Дж. Дьюи в своих трудах неоднократно упоминал о том, что опыт — это не плавный, спокойный поток событий, а всегда серия неожиданных ситуаций, и ребенка следует учить действовать в различных «проблематических» ситуациях.

По теории Л. Колберга, необходимо формировать у детей тенденцию оценивать свое поведение с точки зрения интересов других людей, готовность относиться к другим людям как к самому себе, жить их интересами. Чтобы дети научились применять такие сложные моральные роли, могли выйти на новый социальный опыт, они должны найти новую программу своих действий. Л. Колберг и его последователи определяли механизм социализации молодых людей как некий «баланс идентичности»: в каждой конкретной ситуации личность всегда должна как бы балансировать между требованиями «быть как все» и требованиями «быть как никто другой», т. е. одновременно быть идентичной и уникальной.

По мнению А. Бандуры, важную роль играют когнитивные процессы: демонстрируемая социумом «модель» учит, в мозге возникают определенные связи, но только анализ конкретных обстоятельств бу-

дет определять, прибегает ли человек к этим связям. Важным элементом процесса социального научения, утверждает А. Бандура, является подкрепление. Он выделяет:

- «внешнее подкрепление» (прямые реакции окружающих людей, чаще всего взрослых, родителей, на поведение ребенка);
- «косвенные подкрепления» (наблюдения ребенка за положительными или отрицательными последствиями поступков других людей, особенно сверстников);
- своеобразное «предвидение последствий» (читая или слушая рассказ о поведении людей в конкретных обстоятельствах, ребенок может ожидать, к каким последствиям приведет такое поведение, и в своем поведении ориентируется на эти ожидания);
- «самоподкрепление» (во многих жизненных ситуациях дети заранее знают, что должно получиться, что должно быть достигнуто, и подбадривают себя или ругают, настраивают на успех).

Известный отечественный философ М.С. Каган рассматривает необходимость развития таких личностных потенциалов, как:

- познавательный (что и как знает личность);
- ценностный (что и как ценит);
- творческий (что и как создает);
- коммуникативный (с кем и как общается);
- художественный (каковы художественные потребности и как личность их удовлетворяет).

Несмотря на то что классный руководитель владеет многочисленными методиками проведения классных часов, актуальным остается вопрос о практической направленности классного часа, которая определяется в соответствии с актуальными потребностями подростков и старшеклассников. Классному часу как форме внеурочной воспитательной деятельности присуще неформальное общение, которое позволяет «вооружить» обучающихся необходимыми знаниями. «Вооруженность» — это умения и жизненные навыки. Жизненные навыки — это личностные, межличностные и физические навыки, которые позволяют людям контролировать свою жизнь, управлять своей жизнью, планировать ее. В связи с необходимостью формирования широкого спектра жизненно важных навыков актуально использовать нестандартные формы организации классного часа.

В рамках проведения классного часа классный руководитель может вооружить детей следующими необходимыми знаниями, умениями и навыками:

1. Навыки выбора и принятия альтернативных решений.
2. Навыки мобилизации и самоорганизации.
3. Навык самоконтроля в экстремальных ситуациях.

4. Навык преодоления разнообразных трудностей: трудностей выбора, поведения в конфликте, отношения к предательству, поражением, неудачам, разочарованиям, обидам.

5. Отношение к реальности, к жизни.

6. Навык отвечать на различные вызовы, которые человеку преподносит сама жизнь.

7. Навык планирования своих дел и своей жизни.

8. Навык эффективного использования личного времени.

9. Навык обдумывания действий на стадии принятия решений.

10. Навык личного контроля над ситуацией.

11. Навык стрессоустойчивого поведения.

Результатом активного включения школьников в обсуждение предложенных тем классных часов может стать развитая субъектная позиция ученика в отношении мира, других людей, себя и своей собственной жизни.

Классный руководитель должен компетентно ориентироваться и находить правильные компромиссные решения в конфликтных ситуациях и демонстрировать это умение детям. Анализировать каждую возникающую конфликтную ситуацию с точки зрения «причина — следствие». Для того чтобы подросток умел делать правильный выбор, его следует обучить умению владеть эмоциями, справляться со стрессами, тревожностью, конфликтами; научить неагрессивным способам реагирования на критику, самозащиты, сопротивления давлению со стороны других людей, умению противостоять вредным привычкам.

Классному руководителю следует знать, что у младших школьников, как и у подростков, в ситуации неуспеха появляются специфические формы поведения — повышенная обидчивость, негативизм, замкнутость, заторможенность, эмоциональная настойчивость. Это свидетельствует о возникновении у них отрицательных аффективных переживаний и реакций на неуспех. В основе отрицательных аффективных переживаний лежит неудовлетворенность каких-нибудь жизненно важных для ребенка потребностей или конфликт между ними. Для младших школьников, как правило, это притязания хорошо учиться, занимать определенное место в коллективе и устанавливать определенные взаимоотношения со значимыми людьми. Если для младшего школьника значимыми являются две области — обучение и взаимоотношения с одноклассниками, то в подростковом возрасте более значимым становится общение. В связи с этим причины отрицательных аффективных переживаний у подростков следует искать в области межличностных отношений.

§ 3. ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ КОМПЕТЕНЦИИ КЛАССНОГО РУКОВОДИТЕЛЯ В СОВРЕМЕННОЙ ШКОЛЕ

В современной педагогике под компетенциями понимаются интегративные свойства личности, включающие в себя взаимосвязанные знания, умения, понимание ценностей и следование им, а также готовность применять полученные знания в необходимой ситуации.

Компетентность — владение, обладание человеком соответствующей компетенцией, включающей его личностное отношение к ней; выраженная способность применять свои знания на практике.

В настоящее время в образовании фиксируется компетентностный подход, в результате чего осуществляется переход оценки образования с понятий «подготовленность», «образованность», «общая культура», «воспитанность» на понятия «компетенция», «компетентность обучающихся».

В России проблема компетентностного подхода нашла свое отражение в исследованиях ученых В.А. Болотва, И.А. Зимней, В.В. Краевского, О.Е. Лебедева, А.В. Хуторского и многих других.

Компетентность — это готовность и способность личности использовать теоретические знания и практический опыт для разрешения определенных задач. Наиболее полно трактовка компетентности как личностного качества была представлена разработчиками Стратегии модернизации содержания общего образования. Было подчеркнуто, что «это понятие шире понятия знание, или умение, или навык, это понятие иного смыслового ряда. Понятие «компетентность» включает в себя не только когнитивную и операциональную — технологические составляющие, но и мотивационную, этическую, социальную и поведенческую». Эта трактовка представлена также в работах А.В. Хуторского, Ю.В. Фролова, Д.А. Махотина и др.

Компетентность является следствием саморазвития индивида, его не столько технологического, сколько личностного роста, следствием самоорганизации и обобщения деятельностного и личного опыта.

Наряду с понятием «компетентность» используется понятие «компетенция». Компетентностный подход существенно расширяет содержание воспитания личностными составляющими, усиливает практико-ориентированность воспитания (акцент делается на операциональную, навыковую сторону результата воспитания), ориентирует преимущественно на ценностно-смысловую, содержательную, лич-

ностную составляющие образования, что делает его гуманистически направленным.

Совет Европы выделил следующие ключевые компетентности, формированию которых придается важное значение:

– *политические и социальные компетенции* — способность взять на себя ответственность, совместно с другими вырабатывать решения и участвовать в их реализации, толерантность к разным этнокультурам и религиям, проявление сопряженности личных интересов с потребностями предприятия и общества;

– *межкультурные компетенции*, способствующие положительным взаимоотношениям людей разных национальностей, культур и религий, пониманию и уважению друг друга;

– *коммуникативная компетенция*;

– *социально-информационная компетенция*;

– *персональная компетенция* (готовность к постоянному повышению образовательного уровня, потребность в актуализации и реализации своего личностного потенциала, способность самостоятельно приобретать новые знания и умения, способность к саморазвитию).

В России авторами стратегии модернизации содержания общего образования, основываясь на зарубежном опыте, определены ключевые компетентности, такие как:

– компетентность в сфере самостоятельной познавательной деятельности, основанная на усвоении способов приобретения знаний из различных источников и информации, в том числе внешкольных;

– компетентность в сфере гражданско-общественной деятельности (выполнение ролей гражданина, избирателя, потребителя);

– компетентность в сфере социально-трудовой деятельности (в том числе умение анализировать ситуацию на рынке труда, оценивать собственные возможности, ориентироваться в нормах и этике трудовых взаимоотношений, навыки самоорганизации);

– компетентность в бытовой сфере (включая аспекты собственного здоровья, семейного быта и прочее);

– компетентность в сфере культурно-досуговой деятельности (включая выбор путей и способов использования свободного времени, культурно и духовно обогащающих личность).

И.А. Зимней выделены нижеследующие ключевые социальные компетентности, где впервые включены в перечень, особенно подчёркивая их значимость, компетентности здоровьесбережения и гражданственности.

1. Знание и соблюдение норм здорового образа жизни, знание опасности курения, алкоголизма, наркомании, СПИДа, знание и соблюдение правил личной гигиены, физическая культура человека, свобода и ответственность выбора образа жизни. Опыт и

готовность реализации этих знаний в жизнедеятельности, принятие здоровьесбережения как ценности, регулирование психосоматического и эмоционального проявления состояния здоровья.

2. Компетентность социального взаимодействия с обществом, общностью, коллективом, семьей, друзьями, партнерами. Конфликты и их погашение, сотрудничество, толерантность, социальная мобильность. Опыт и готовность взаимодействовать с другими людьми, сотрудничать в группе, находить адекватные разным ситуациям решения; отношение к социальным ситуациям как к ценности.
3. Компетентность в общении. Опыт и готовность к общению в разных коммуникативных ситуациях. Умение начинать, направлять, контролировать, т. е. регулировать коммуникативные процессы.

Компетентностная готовность педагога к реализации деятельности классного руководителя включает:

- ориентацию в современных педагогических и психологических подходах к социальному воспитанию;
- технологические умения (как умение реализовывать относительно эффективные системы педагогических действий);
- умение отобрать и внести в воспитательный процесс содержание, адекватное социальным тенденциям, личностным устремлениям школьников и собственным индивидуальным интересам.

Главным инструментом решения воспитательных задач являются методы и приемы воспитания. Под методами воспитания понимаются способы взаимодействия педагогов и школьников, в процессе которых происходят изменения в уровне развития личности детей. Воздействия педагога на воспитание школьника призваны вызывать соответствующее ему действие школьника, направленное на самовоспитание. Отсюда следует бинарность методов «воспитания — самовоспитания».

Согласно актуальным задачам совершенствования профессиональных компетенций, классному руководителю необходимо применять на практике эффективные методы и приемы воспитания, которые воздействуют на мотивационную, эмоционально-чувственную, волевую и познавательную сферы.

Этапы развития профессиональных компетенций классного руководителя:

- осознанная мотивация на совершенствование профессиональной деятельности, основанная на личной потребности в профессиональном росте и внутреннем запросе на изменение;
- применение новых знаний в ежедневной педагогической практике, проживание проблемных ситуаций (реальных, модельных),

рефлексия нового опыта и новых знаний, оценка тех положительных изменений, которые стали возможны благодаря формированию новых навыков в работе с детьми и родителями;

– присвоение нового опыта, формирование и совершенствование личностных качеств и своей педагогической позиции в отношении детей и выполняемых функций.

Работа классного руководителя базируется на признании им:

– необходимости формирования у детей позитивной «Я-концепции» и умения жить «здесь и теперь», опираясь на их позитивные качества, образовательные потребности и индивидуальные способности; создания для каждого ребенка ситуации социально одобряемого успеха, чтобы помочь ему поверить в свои силы, научиться понимать важность деятельности «сегодня», для того чтобы стать саморазвивающимся и успешным в перспективе;

– права каждого ребенка на свободу самоопределения и самореализации при условии принятия на себя ответственности за их результат в рамках существующих норм поведения, благодаря чему ребенок учится совершать осознанный выбор стратегии созидательной деятельности, ответственного поведения, социально приемлемого способа решения конфликтных ситуаций;

– идеи доминирования целей личностного развития ребенка, в связи с чем педагог учит его разрабатывать и реализовывать индивидуальные траектории самовоспитания и развития, тем самым помогает ему получить навыки планирования траектории личностного и будущего профессионального роста;

– права ребенка на защиту, помощь, поддержку, заботу, поэтому как профессионал он выполняет приемлемые в той или иной ситуации различные роли опекуна ребенка, его защитника, помощника, «поддерживателя», сопровождающего, осуществляя психолого-педагогическое сопровождение в той форме, в которой оно индивидуально востребовано;

– необходимости эмоциональной *со*-причастности ребенка и взрослого (в том числе родителя и ребенка), благодаря чему отношения между ними принимают понимающий и поддерживающий характер, обеспечивая связь поколений, облегчая решение задачи формирования комфортной образовательной среды;

– важности востребованного *со*-проживания образовательных ситуаций и событий; таким образом классный руководитель создает общность образовательной среды, благодаря чему в воспитательном процессе легче происходит эффект «заражения» — воодушевление событием для того, чтобы ребенок на «гребне эмоций» легче воспринял базовые духовно-нравственные установки и ценности.

Воспитание современного школьника предполагает разработку новых и модернизацию уже существующих методологических подходов к построению воспитательного взаимодействия педагогов с детьми.

Наряду с деятельностным, системным, средовым, субъектным, личностно ориентированным подходами, уже зарекомендовавшими себя в теории и практике воспитательной деятельности, необходимо использовать персонифицированный подход. Данный подход предполагает, что педагог (классный руководитель) постоянно находится в поиске практических ответов на вопросы:

1. Как развивать не только личность, но и другие важнейшие характеристики (качества) человека?
2. Как сделать реальным процесс саморазвития ребенка?
3. Как обеспечить системную организацию процесса воспитания детей в образовательной организации?

Особое внимание в современной системе организации воспитательной работы в школе уделяется событийному подходу, который предполагает организацию деятельности, насыщенной событиями, влияющими на ценностно-смысловую сферу личности через развитие навыков жизненной ориентации, самостоятельности, инициативы и принятия решений. Событие — это не только яркое, интересное и запоминающееся дело, но и жизнь в классном или другом детско-взрослом сообществе. Событийный подход как технология организации и управления событиями занимает важное место в системе форм и методов воспитания. Он позволяет установить тесные связи между реальной жизнью и учебным, воспитательным содержанием, жизненными процессами, происходящими в человеке или группе, и их педагогическим значением.

В соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами (ФГОС) реализация как учебного, так и внеклассного мероприятия должна предусматривать проведение занятий в интерактивных формах на основе событийного подхода. Любой участник образовательного события — это действительно участник, а не зритель, у каждого свои мысли, свои действия, свои переживания. В качестве вариативных организационных форм внеклассных мероприятий, в том числе классных часов, рекомендуется использовать: игры, дискуссии, социально-психологические тренинги, кейс-технологии с использованием видеозаписи и просмотра видеоматериалов, ситуативное моделирование с использованием конкретных ситуаций, наглядных примеров с возможностью восприятия через аудио-, визуальные и кинестетические каналы восприятия. Классному руководителю важно знать, что выступление в роли обучающего дает 90 % усвоения материала, обучение практикой — 70 %, обсуждение в груп-

пе — 50 %, использование аудиовизуальных средств обеспечивает 20 % усвоения информации, лекция — только 5 %. Несмотря на то, что лекция — наиболее быстрый способ представления необходимой информации неограниченному количеству участников, она ставит учеников в пассивную позицию слушателя.

Эффективность тематических занятий во многом зависит от использования раздаточного материала, графиков, иллюстраций, схем, символов, метафор, афоризмов, цитат известных ученых, политиков и бизнесменов, информации, направленной на аудио- и визуальное восприятие, использования активных методов обучения.

В педагогической системе А.С. Макаренко есть одно важное требование к организации жизни детей — это мажор, бодрость духа. Жизнеутверждающая сила оптимистического сознания помогает человеку преодолевать трудности, открывать новое, придает силы для творческих дарований, укрепляет веру в новые идеи и цели, за которые он борется.

Для расширения поведенческого репертуара и формирования социальных навыков рекомендуется использовать интерактивные групповые методы работы или сочетание нескольких методов. Интерактивность означает взаимодействие, нахождение в режиме беседы, диалога с чем-либо или кем-либо. Интерактивное обучение — прежде всего обучение в сотрудничестве.

П.И. Бабочкин и И.М. Ильинский разработали концепцию воспитания жизнеспособных поколений. Модель жизнеспособной личности наделяется авторами следующими личностными и гражданскими качествами:

- быстрая приспособляемость к изменяющимся условиям жизни, умение ориентироваться в экономической, социально-политической обстановке, сохраняя свою мировоззренческую позицию;
- высокая социальная активность, целеустремленность и предприимчивость, стремление к поиску нового и способность находить оптимальные решения жизненных проблем в нестандартных ситуациях;
- потребность в жизненных достижениях и успехе, способность к самостоятельному принятию решений, постоянное интеллектуальное саморазвитие;
- способность к объективной самооценке и конкуренции с другими.

Проблема психологического благополучия школьника сложна тем, что она многоаспектна, для ее решения требуются знания практически из всех областей психологии: возрастной, педагогической, социальной, общей, психологии личности. Психологическое благополучие рассматривается как показатель психического и психологического здоровья. В школе дети могут испытывать различные негатив-

ные переживания (гнев, агрессию, напряженность, беспокойство, тревожность), возникающие на уроке и внеурочное время. Тревожность и другие негативные эмоции часто бывают сигналом неудовлетворённости у детей отношениями с педагогом, сверстниками, самореализацией в учебной деятельности или с риском столкнуться с насилием и жестокостью. Отрицательные, негативные эмоциональные переживания являются серьезным препятствием к прохождению учебной программы и успешной социализации.

Противостоять различным негативным явлениям, с которыми сталкиваются современные дети, можно целенаправленным процессом воспитания, в основе которого удовлетворение актуальных потребностей детей, учет их интересов и индивидуальных особенностей развития.

Решая проблему повышения профессиональной компетенции классного руководителя, изменением педагогического сознания, культуры, стремлением к получению новых специальных знаний, связанных с психологией ребенка, совершенствованием форм деятельности, методов, приемов и технологии в работе с детьми и родителями можно повысить качество воспитательной работы в школе. Для построения правильного воспитательного процесса в школе необходимо взаимопонимание, доверие и контакт между классным руководителем и учениками класса.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЕ ССЫЛКИ

1. Технология оценки образовательной среды школы: учебно-метод. пособие для школьных психологов / под ред. В.В. Рубцова, И.М. Улановской. М.: Обнинск: ИГ — СОЦИН, 2010. 256 с.
2. Агрессия у детей и подростков: учебное пособие / под ред. Н.М. Платоновой. СПб.: Речь, 2004. 336 с.
3. Клейберг Ю. А. Психология девиантного поведения: учеб. пособие для вузов. М., 2012.
4. Авдулова Т.П. Агрессивный подросток: книга для родителей. М.: Издательский центр «Академия», 2008. 128 с.
5. Кривцова С.В., А.Н. Шапкина, М.П. Малыгина. Школьный буллинг: прояснение понятий // Вопросы психологии. 2019. №3. С. 17–27.
6. Филатова В.О., Бутовская М.Л., Калиниченко О.В. Агрессия и буллинг в школьной среде: социокультурные факторы, гендерные и половые различия // Вопросы психологии. 2019. №4. С.51–63.
7. Кривцова С.В. Вместе против насилия в школе: организационная культура школы для профилактики насилия в ученической среде: практическое пособие для педагогов и администрации образовательных организаций. М.: ООО «Русское слово — учебник», 2018. 96 с. (ФГОС. Внеурочная деятельность. Мир без агрессии).
8. Черникова Т.В., Сукочева Г.А. Старшеклассник без стрессов и тревог. Программа учебно-тренировочных и клубных занятий: метод. пособие. М.: Глобус, 2006. 155с.
9. Кнышова Н.В. Факторы создания благоприятного психологического климата на уроке // Вестник практической психологии образования. 2016. №1 (46). С. 68–70.
10. Фокина А. «У него просто характер такой...» Как работать с трудными детьми, если родители не хотят идти навстречу» // Справочник заместителя директора. 2020. №10.
11. Дубровина И.В. Психологическое благополучие школьников в системе современного образования: учебное пособие. СПб.: Нестор — История, 2016. 180 с.

ЛИТЕРАТУРА

1. Александрова, Е.А. Классный руководитель: повышение качества жизни ребенка в школе / Е. А. Александрова, Е.А. Богачева. — М.: Сентябрь, 2015. — 206 с.
2. Алексеева, Л.С. Жестокое обращение с детьми: его последствия и предотвращение / Л. С. Алексеева. — М.: Сентябрь, 2016. — 160 с.
3. Андреева, А.Д. Психологическое благополучие учащихся 1–5 классов в контексте современной социальной ситуации развития / А. Д. Андреева, О.А. Москвитина // Вопросы образования. — 2019. №3. — С. 203.
4. Анцупов, А.Я. Профилактика конфликтов в школьном коллективе / А. Я. Анцупов. — М.: Гуманит. изд.центр. ВЛАДОС, 2003. — 208 с.
5. Ванакова, Г. Жизнестойкость как осознанный выбор современной молодежи / Г. Ванакова // Воспитательная работа в школе. — 2011. — № 9. — С. 68–74.
6. Зарубина, В.В. Педагогическая поддержка самореализации учащихся в условиях внедрения образовательных стандартов: метод. пособие / В. В. Зарубина, Г.В. Пискунова, С.Ю. Прохорова, Л.П. Толмакова. — М.: Сентябрь, 2017. — 208 с.
7. Казанская, В.Г. Суицидальное поведение подростка: своевременная помощь / под ред. А.С. Обухова. — М.: Национальный книжный центр, 2015. — 224 с. — (Психологическое сопровождение образования).
8. Касицина, Н.В. Четыре тактики педагогической поддержки. Эффективные способы взаимодействия учителя и ученика / Н. В. Касицина, Н.Н. Михайлова, С.М. Юсфин. — СПб.: Агентство образовательного сотрудничества. Образовательные проекты. Речь; М.: Сфера, 2010. — 158 с.
9. Книжникова, С. В. Трудности педагогической профилактики суицидального поведения / С. В. Книжникова // Педагогика: научно-теоретический журнал РАО. — Том 83. — 2019. — №6. — С. 32–39.
10. Коротаяева, Е.В. Организация взаимодействия в образовательном процессе школы / Е. В. Коротаяева. — М.: Сентябрь, 2016. — 192 с.
11. Кривцова, С.В. Буллинг в классе. Как избежать беды?: пособие для родителей / С.В. Кривцова. — М.: ООО «Русское слово —

учебник». 2018. — 48 с. — (ФГОС. Внеурочная деятельность. Мир без агрессии).

12. Миллер, Ю.С. Коррекционно-развивающая программа работы с подростками групп социального риска: метод. пособие / Ю. С. Миллер, О. Л. Кондратьева. — М.: ИД «Методист», 2014. — 56 с.

13. Новикова, М. А. Влияние школьного климата на возникновение травли: отечественный и зарубежный опыт исследования / М. А. Новикова, А.А. Реан // Вопросы образования. — 2019. №2.

14. Психологический комфорт в школе и как его достичь: акции, тренинги, семинары / авт.-сост. Е. П. Картушина, Т.В. Романенко. — Волгоград: Учитель, 2009. — 239 с.

15. Сидоров Н.Р. Как отличить экстравагантное поведение подростка от девиантного. Что делать? // Вестник практической психологии образования. — 2016. — №1 (46). — С. 14–16.

16. Ситаров, В.А. Педагогика и психология ненасилия в образовательном процессе: учебное пособие для студентов учебных заведений / В. А. Ситаров, В. Г. Маралов; под ред. В.А. Слостенина. — М., 2000. — 216 с.

17. Фокина, А. Как педагогу учесть результаты диагностики психологического климата в воспитательной работе с классом / А. Фокина // Справочник педагога-психолога. — 2020. — №9. — С. 66–71.

18. Хусаинова, Р.М. Психологическое сопровождение образовательного процесса: метод. Пособие / Р.М. Хусаинова, И.М. Захарова, А.Н. Яшкова — Казань: Издательство «Бриг», 2015. — 128 с.

Кейс-образцы и примеры разбора педагогических ситуаций

Кейс № 1

В классе есть девочка, которая с сентября по март пришла на урок к учителю два раза (про посещение остальных уроков неизвестно).

В первое посещение урока учитель сразу же попросил выйти ее из кабинета, так как она громко разговаривала, мешала детям и учителю. Во второе посещение школы девочка не мешала, но, со слов педагога, ей помешал учебный процесс, и девочка стала требовать, чтобы дети не отвечали. Кто-то не согласился. После этого девочка произнесла нецензурное слово. Учитель считает, что не имеет права оставлять такую ситуацию без внимания, и детям было сказано: «Не будем в таком духе продолжать урок». Девочке в очередной раз было предложено покинуть урок в ультимативной форме: «Или я, или ты». Девочка продолжала сидеть, и из класса вышел учитель. Вскоре прозвенел звонок.

Пример разбора ситуации

Неверные действия и ошибки учителя

1. Ошибка — выгнать ребенка с урока при первом посещении школы.
2. Ошибка — педагог не приложил усилия и не предпринял никаких педагогических действий, для того чтобы отвлечь подростка от разговоров и привлечь внимание ребенка к уроку.
3. Ошибка — педагог не выставил приоритет в сторону ребёнка, который по каким-то причинам не посещает школу, а повел себя стереотипно, без учета обстоятельств и ситуаций, связанных с этой девочкой.
4. Педагог, предложив девочке альтернативу «Или я, или ты», переложил ответственность за принятие решения на несовершеннолетнего, что противоречит всем правилам и законам педагогической деятельности.
5. Педагог, выйдя из класса, показал свою педагогическую некомпетентность. Избегание и уход от решения педагогических ситуаций — признак беспомощности и некомпетентности педагога, его педагогической незрелости.
6. Ошибка связана с тем, что педагог, выйдя из класса, оставил без внимания целый классный коллектив. Оставить класс и девочку, которая нуждается в особом пристальном внимании, — искусственно

созданная ситуация для непредсказуемости в поведении ребёнка и всего классного коллектива.

7. Ошибка педагога в том, что своими действиями педагог наказал весь класс (лишил детей возможности получить знания на уроке).

Возможные последствия ошибочных действий педагога

1. В ситуации, когда ребенка выгоняют из класса (школы), у него возникает чувство обиды, беспомощности и отчаяния. У ребенка возникают мысли, что мир несправедлив, жесток и беспощаден в отношении него.

2. Публичность изгнания из класса (школы) перед сверстниками создает дополнительный фактор унижения личности подростка.

3. После того как ребенок изгнан учителем из класса, дальнейшие действия его непредсказуемые, особенно если это подросток. Переполненный чувством обиды, разочарования и отчаяния подросток может совершить суицидальные попытки или же спланировать (руководствуясь жаждой мести) определенные действия в отношении учителя, с которым произошел конфликт.

4. Когда педагог предлагает альтернативу «Или ты или я», он перекладывает ответственность на ребенка за свои педагогические ошибки и некомпетентность. Подросток, как правило, понимает, что если сейчас он покинет кабинет, то в дальнейшем его обвинят в побеге с урока. Поэтому такой ребенок не стремится уйти с урока, а будет ждать действий со стороны учителя. Уйти из класса — удел педагога, который не умеет прогнозировать последствия, которые могут возникнуть.

5. Класс может выразить свое негативное отношение к подростку, который «сорвал» урок и из-за которого ушел учитель.

6. Ситуация, когда ученик столкнется с отвержением педагога и сверстников, может привести к возникновению глубокой психологической травмы, чувства одиночества и потере доверия к людям.

Рекомендации педагогу

1. Понять истинную причину пропусков ребёнка.

2. Никогда не выгонять из класса, придумать разнообразные формы подачи информации, средства контроля, интересные задания, по итогу выполнения которых можно будет похвалить ученика, тем самым создать ситуацию успеха для ребенка.

3. Предложить школьнику, который создает проблемы на уроке, задание, посильное для него и с учетом его возможностей (первоначально получив у других педагогов, классного руководителя полную информацию о ребенке, его интеллектуальных ресурсах).

4. В некоторых ситуациях использовать разнообразные педагогические приемы, юмор и шутку, чтобы не акцентировать внимание только на негативных сторонах, стремиться избегать «открытого конфлик-

та с ребенком и группой учеников», быть «гибким» в реагировании на различные нестандартные ситуации.

5. Не уходить из класса ни при каких обстоятельствах.

Кейс № 2

Ученик второго класса публично пинал свой рюкзак из-за того, что учительница его не спрашивала, а он очень хотел отвечать на вопросы учителя. Педагог, описывая ситуацию, говорит о том, что ребенок уже отвечал в начале урока и даже получил оценку. Урок закончился, ребенок продолжал «бить» рюкзак и плакать.

Неверные действия и ошибки учителя:

Первая ошибка учительницы в том, что, вместо того чтобы публично похвалить ребенка за его активность и желание отвечать на вопросы, публично (демонстративно) его игнорировала и спрашивала других детей. Учитель объяснила ребенку, что у него уже есть оценка. Возможно, именно в этой ситуации и именно этому ребенку не оценка была важна, а демонстрация всему классу и педагогу знаний по теме. Возможно, ученик потратил много времени на подготовку домашнего задания, хорошо выучил тему и у него была большая потребность в том, чтобы продемонстрировать свои знания.

Вторая ошибка заключается в том, что педагог не предпринял никаких действий, чтобы переключить внимание ученика со своего портфеля, не попыталась понять, какие у него чувства и каков мотив такого поступка. Скорее всего, это чувство обиды и отчаяния.

Возможные последствия ошибочных действий педагога

Последствия такого поведения учителя могут быть разными:

- ученик не подготовится на следующий урок;
- пропадет авторитет педагога в глазах ученика;
- понизится самооценка у ребенка;
- снизится учебная мотивация;
- в сознании ребенка закрепится установка, что «пинать и бить портфель» — это норма.

Рекомендации педагогу

1. Не оставлять без внимания детей, которые испытывают большую потребность в демонстрации своих знаний, у кого повышенный уровень притязаний. Надо иметь вариативные задания, на разный уровень подготовки ребенка.

2. Нельзя оставлять без внимания действия ребенка, сопровождающиеся сильными эмоциональными переживаниями, нельзя оставлять одного ребенка в состоянии переживания негативных аффективных эмоций.

3. Учитель в такой нестандартной ситуации должен быть гибким, мобильным и уметь легко переконструировать и перепланировать урок. Главное, чтобы ни один ребенок не ушел с урока с психологической травмой.

4. Создание ситуаций успеха, словесные подкрепления стараний ученика снимают напряженность и повышают учебную мотивацию.

Кейсы для самостоятельного анализа

Кейс 1

Вы классный руководитель 7 класса. В Вашем классе есть ученик Сережа, над которым все одноклассники не упускают случая поиздеваться. Например, обзывают, смеются над ним, игнорируют его и даже плохо обращаются с его личными вещами. Проходя мимо парты, где сидит Сережа, одноклассники могут скинуть на пол его учебники, прятать его портфель, написать на его тетрадах и на парте, за которой он сидит, плохие слова. В последнее время в социальных сетях Сережа обнаружил, что он является объектом публичных массовых насмешек и унижений. Под его фотографией есть комментарии унижительного, насмешливого и оскорбительного характера. Находясь в школе, когда учитель вызывает его к доске, он только мнетя и запинаяется, боясь, что все будут смеяться над его ответом. Затравленный насмешками, Сережа нуждается в помощи классного руководителя. Какие действия будут Вами предприняты, чтобы изменить ситуацию в классе и помочь Сереже?

Кейс 2

В новом учебном году Вы стали классным руководителем 5 класса. В отличие от всех других классов, Ваш класс оказался самым недружным, конфликтным и с низкой учебной мотивацией. Конфликты между девочками и мальчиками возникают каждый день, и каждый день к Вам обращаются родители с просьбой наладить взаимоотношения между мальчиками и девочками. Администрация школы поставила перед Вами задачу в короткий срок изменить ситуацию в классе и провести работу над формированием дружного классного коллектива. Как Вы построите работу с классом, чтобы прекратились конфликты с мальчиками и девочками и школьники повысили учебную мотивацию и успеваемость?

Кейс 3

В начале учебного года на первом родительском собрании из числа добровольцев был определен состав родительского комитета класса.

В течение учебного года родительский комитет так развил свою активность, что стал самостоятельно без Вашего участия организовывать внеклассные мероприятия с классом и контролировать все вопросы, касающиеся учебной деятельности, и в том числе сбора денежных средств. Участие родительской общественности в организации различных классных и школьных мероприятий дало возможность некоторым родителям почувствовать себя хозяевами школы. Осознав ситуацию, Вы как классный руководитель должны срочно провести работу с родительским комитетом по ограничению неконтролируемых действий родителями отдельных учеников. Ваши действия по регулированию отношений с родительским комитетом Вашего класса?

Кейс 4

Вы являетесь классным руководителем 8 класса. 1 сентября к Вам в класс поступил учиться новичок Саша. Скоро стало ясно: хороший характер, доброжелательная манера держаться, а главное, широкая эрудиция сулят немало хороших минут интересного общения одноклассников с новым учеником. Но прошел месяц, другой — и Саша все чаще входил в класс один. На это обстоятельство учителя-предметники почти не обратили внимания. Какие действия Вы будете предпринимать для того, чтобы Саша был принят в классном коллективе и у него появились друзья в классе?

Кейс 5

В Вашем 7 классе есть ученик, который имеет трудный характер. Подросток находится в сложной социальной ситуации, проживает в семье родителей, больных алкоголизмом. Курение около школы, прогулы уроков — все это повторялось чуть ли не ежедневно. Ваши традиционные меры воздействия были исчерпаны: просьбы, требования, принуждение, предложения, наказания, установка шефства, попытка отвлечь, вызвать к директору и др. Агрессивность приводила к конфликтам и с педагогами, и с одноклассниками. Предложите Ваши срочные меры и действия, которые однозначно помогут этому ученику осознать главные ценности, бросить курить, начать посещать школу и, несмотря на свою социальную ситуацию, начать хорошо учиться в школе. Вы знаете, что у мальчика есть хороший интеллектуальный потенциал.

Кейс 6

Вы классный руководитель 5 класса. На первом родительском собрании Вы написали на доске номер личного телефона, предложив родителям включить Вас в общий чат класса. Многие родители стали названивать Вам поздним вечером или даже ночью. В общем чате

Вы стали замечать, что некоторые родители стали предъявлять разные претензии к учителям-предметникам и не всегда в вежливой форме. Позже в чате довольно часто стали возникать конфликтные ситуации между самими родителями, особенно теми, кто пытался встать на защиту педагогического коллектива.

В один прекрасный момент Вы понимаете, что чат становится местом споров, конфликтов, унижений и Вас перестают слышать, когда Вы обращаетесь к родителям с просьбой прекратить обсуждать действия школы, педагогов и самих родителей. Однако ситуация усугубляется тем, что дети становятся участниками этого чата, так как родители в присутствии детей обсуждают комментарии и дают оценку детям. В классе начались конфликты между детьми.

Что станете делать Вы как классный руководитель, чтобы урегулировать ситуацию с чатом, родителями и детьми Вашего класса?

Приложение 2

Признаки того, что школьник стал жертвой агрессии

1. Находится в подавленном настроении.
2. Избегает общения с одноклассниками.
3. Избегает участия в общешкольных мероприятиях.
4. Часто болеет и пропускает уроки.
5. Часто отпрашивается с уроков домой до окончания всех уроков.
6. Проявляет аутоагрессию.

Приложение 3

Социально-психологическая характеристика групп подростков социального риска

Современные подростки являются нравственно не защищенными и социально неустойчивыми к различным воздействиям окружающей среды.

В педагогической литературе под девиантным поведением понимается отклонение от принятых в данном обществе, социальной среде, ближайшем окружении, коллективе социально-нравственных норм и ценностей, нарушение процесса усвоения и воспроизводства социальных норм и культурных ценностей, а также саморазвития и самореализации в том обществе, к которому человек принадлежит (В.Г. Степанов).

В медицинской литературе под девиантным поведением понимается отклонение от принятых в данном обществе норм межличностных взаимоотношений: действий, поступков, высказываний, совершаемых

как в рамках психического здоровья, так и в различных формах нервно-психической патологии, особенно пограничного уровня.

В психологической литературе девиантным называется поведение, отклоняющееся от социально-психологических и нравственных норм, либо как ошибочный, антиобщественный образец решения конфликта, проявляющийся в нарушении общественно принятых образцов поведения либо в ущербе, нанесенном общественному благополучию, окружающим и себе.

Отклоняющееся от нормы поведение у подростков зачастую является средством самоутверждения, протестом против действительности или требований взрослых.

Наиболее существенными признаками девиантного поведения у подростков является эмоционально-волевая незрелость, которая выражается в несамостоятельности, повышенной внушаемости, стремление к получению удовольствия от игровой деятельности, неумение подчинить свое поведение требованиям. Тревожность и склонность к переживаниям депрессивного характера проявляются в различных трудностях общения с окружающей средой, что приводит к повышенной нервно-психической нагрузке, проявляющейся в нарушениях астенического характера.

К общим отличительным особенностям волевой сферы подростков с девиантным поведением большинство исследователей относят следующие:

- однотипный способ эмоционально-волевого реагирования в виде «двигательной бури» по типу «короткого замыкания» на ситуацию неуспеха, конфликты с истерической окраской аффекта;
- спонтанно возникающие контрастные (полярные) колебания настроения в виде неустойчивости эмоционально-волевой сферы, легкость перехода от повышенной активности (психомоторной гиперактивности) к состоянию гипоактивности, депрессии, потере интереса;
- преобладание «аффективной» логики, т.е. чрезмерное влияние эмоционального состояния ребенка на его поступки и характер мышления;
- слабое усвоение и использование предшествующего негативного опыта и потому — неумение прогнозировать последствия своих поступков;
- недостаточная критичность своего поведения, проявляющаяся уверенностью в своих поступках;
- неустойчивость, неуживчивость в группе, склонность противопоставлять свое мнение мнению своих сверстников;
- эмоциональная незрелость и инфантилизм суждений, усиливающих дисгармоничность личности, затрудняющую адаптацию ребенка к социальным требованиям.

Что должно быть в поле зрения родителей и педагогов

- подверженность ребенка состоянию тревоги, беспокойства, фрустрации и страху;
- неуверенность в себе, отсутствие временной перспективы, неопределенность в отношении дальних целей;
- недостаточно выраженная тенденция к самореализации;
- снижение социальной мотивации обучения.

Приложение 4

Диагностика осведомленности школьников о правилах поведения в образовательной организации

Школьникам предлагается плоскость, в которой ученики должны перечислить известные им правила поведения в школе.

Инструкция. «Я знаю правила поведения в школе, которые должны знать все ученики, это:

- 1.
- 2.
3. »

«Я хотел бы внести свое правило для учеников, которое заключается в следующем: _____»

Приложение 5

Формирование у школьников ценности бесконфликтного общения и установки на ненасильственное поведение

Смысловое чтение

Инструкция для школьников: «Вам предложены цитаты, афоризмы, изречения и поговорки. Необходимо изложить ваши размышления по поводу смысла этого текста».

«Не причиняй другому человеку того, что могло бы явиться причиной твоего страдания»

Смысл этих строк заключается в следующем: _____

«Как аукнется, так и откликнется»

Смысл этих строк заключается в следующем: _____

«Золотое правило нравственности» — общее этическое правило, которое можно сформулировать как *«Относись к людям так, как хочешь, чтобы относились к тебе»*.

Смысл этих строк заключается в следующем: _____

Тренинг для молодых педагогов «Толерантность — условие эффективной коммуникации и предупреждения конфликтов в образовательной среде»

*Долог путь поучений, короток
и успешен путь примеров.*

Сенека

Форма проведения занятия: социально-психологический тренинг с элементами дискуссии, групповой работы и мозгового штурма.

Цель занятия: сформировать у молодых педагогов навыки толерантного поведения и вооружить приемами для работы со школьниками.

Актуальность занятия: «Педагогика сотрудничества» и «толерантность» — те понятия, без которых невозможны какие-либо преобразования в современной школе.

Проблема культуры общения — одна из самых острых в школе, да и в обществе в целом. Необходимо учить детей, родителей и педагогов диалогу, умению слушать, слышать, понимать, не манипулировать и не применять насилия. Задача школы в том, чтобы из ее стен вышли воспитанники не только с определенным багажом знаний, умений и навыков, но люди самостоятельные, обладающие толерантностью как основой своей жизненной позиции.

План тренинга

1. Вступительное слово ведущего (наставника).
2. Презентация ведущим разнообразных приемов формирования толерантных отношений в классе и в школе.
3. Выполнение участниками занятия практических упражнений, которые можно в дальнейшем использовать в работе с детьми (в рамках классных часов или тематических мероприятий).

Вступительное слово.

В условиях современного интегрированного общества целенаправленное воспитание толерантного поведения обучающихся является актуальной задачей любой образовательной организации.

Толерантность — это, с одной стороны, цель и результат воспитания, сопровождающиеся формированием определенных социальных установок, а с другой — ценность и качество личности, проявляющееся в поведении и поступках. Проблема воспитания толерантности должна решаться усилиями специалистов разных направлений и уровней — психологов, педагогов, воспитателей, классных руководителей, родителей. Толерантность как особенность сознания или личностная черта не присуща человеку изначально и

может никогда не появиться. Поэтому она должна быть специально воспитана, сформирована. Современный культурный человек — это не только образованный человек, но человек, обладающий чувством самоуважения и уважаемый окружающими. Поэтому важнейшей задачей является формирование у подрастающего поколения умения строить взаимоотношения в процессе взаимодействия с окружающими на основе сотрудничества и взаимопонимания, готовности принять других людей, их взгляды, обычаи и привычки такими, какие они есть.

Особое внимание воспитанию толерантного поведения в подростковом возрасте обусловлено несколькими факторами, главными из которых являются следующие:

- в подростковом возрасте закладываются основы дальнейшего социального поведения личности, позитивное или заведомо негативное отношение к другому человеку;

- подростки увлекаемы и часто меняют интересы, пытаются осмыслить многие объекты, готовы к размышлению на разные темы (хотя часто им не хватает социального опыта).

Для формирования психологически здоровой личности, не зависимой от чьих-либо взглядов и убеждений, свободной от предрассудков и стереотипов, необходимо проведение такой целенаправленной работы со школьниками (подростками) в результате которой каждый ученик в образовательном учреждении:

- будет свободен от каких-либо форм насилия над своей личностью;

- будет способен принять и понять другого (сверстника, педагога), не похожего на него по своему мировоззрению и другим взглядам.

Цель воспитания толерантности — воспитание в подрастающем поколении потребности и готовности к конструктивному взаимодействию с людьми и группами людей независимо от их национальной, социальной, религиозной принадлежности, взглядов, мировоззрения, стилей мышления и поведения.

Достижение данной цели возможно при условии создания толерантной среды в обществе и в сфере образования.

Необходимо, чтобы педагог, работающий с подростками, владел знаниями и приемами в области формирования толерантного поведения детей и подростков.

Можно выделить три группы приемов воспитания толерантности

Первая группа приемов связана с организацией деятельности детей в классе.

- Прием «*Эстафета*». Педагог так организует деятельность, чтобы в процессе ее организации взаимодействовали бы учащиеся из разных групп.
- Прием «*Взаимопомощь*». Педагог так организует деятельность детей, чтобы от помощи друг другу зависел успех совместно организуемого дела.
- Прием «*Акцент на лучшее*». Педагог в разговоре с детьми старается подчеркнуть лучшие черты каждого. При этом его оценка должна быть объективна и опираться на конкретные факты.
- Прием «*Ломка стереотипов*». Во время беседы педагог стремится к тому, чтобы дети поняли то, что не всегда правильным может быть общественное мнение. Начать такой разговор можно с примера, как ошибается зал, подсказывая во время игры «Хочу быть миллионером».
- Прием «*Истории про себя*». Применяется тогда, когда педагог хочет, чтобы дети больше были информированы друг о друге и лучше поняли друг друга. Каждый может сочинить историю про себя и попросить друзей проиграть ее как маленький спектакль.
- Прием «*Общаться по правилам*». На период выполнения того или иного творческого задания устанавливаются правила, регламентирующие общение и поведение: в каком порядке, с учетом каких требований можно вносить свои предложения, дополнять, критиковать, опровергать мнение своих товарищей. Такого рода предписания в значительной мере снимают негативные моменты общения, защищают «статус» всех его участников.
- Прием «*Общее мнение*». Обучающиеся по цепочке высказываются на тему отношения к различным группам людей: одни начинают, другие продолжают, дополняют, уточняют.
- Прием «*Коррекция позиций*». Тактичное изменение мнений, принятых ролей, образов, повышающих продуктивность общения с другими коллегами и препятствующих возникновению агрессивного поведения (напоминание аналогичных ситуаций, возврат к исходным мыслям, вопрос-подсказка).
- Прием «*Справедливое распределение*» предполагает создание равных условий для проявления инициативы всеми участниками общения. Он применим в ситуации «задавленной инициативы», когда позиционные выступления и атаки одних гасят инициативу и желание общаться у других. Главное здесь — добиться сбалансированного распределения инициативы по всей программе выполнения задания с вполне конкретным участием на каждом этапе представителей всех групп участников.

- Прием «Обмен ролями». Участники обмениваются ролями (или функциями), которые получили при выполнении заданий.
- Прием «Мизансцена» состоит в активизации общения и изменения его характера посредством расположения участников в классе в определенном сочетании друг с другом в те или иные моменты выполнения задания педагога.

Вторая группа связана с организацией диалоговой рефлексии.

Диалоговая рефлексия — это диалог педагога и ребенка, способствующий формированию отношения ученика к какой-либо значимой проблеме, вопросу, проявляющегося в соответствующем поведении и поступках. Для воспитания толерантности можно применить следующие приемы в рамках проведения рефлексивной беседы с ребенком:

- Прием «Ролевая маска». Детям предлагается войти в роль другого человека и выступить уже не от своего имени, а от его лица.
- Прием «Прогнозирование развития ситуации». Во время беседы педагог предлагает высказать предположение о том, как могла развиваться та или иная конфликтная ситуация. При этом как бы ведется поиск выхода из сложившейся ситуации.
- Прием «Импровизация на свободную тему», школьники выбирают ту тему, в которой они наиболее сильны и которая вызывает у них определенный интерес, переносят события в новые условия, по своему интерпретируют смысл происходящего и т. п.
- Прием «Обнажение противоречий». Разграничение позиций учащихся по тому или иному вопросу в процессе выполнения творческого задания с последующим столкновением противоречивых суждений, различных точек зрения об отношениях различных групп людей. Прием предполагает четкое ограничение расхождений во мнении, обозначение главных линий, по которым должно пройти обсуждение.
- Прием «Встречные вопросы». Школьники, разделенные на группы, готовят друг другу определенное количество встречных вопросов. Поставленные вопросы и ответы на них подвергаются затем коллективному обсуждению.

Третья группа связана с использованием художественной литературы, кинофильмов и других аудио- и визуальных средств.

- Прием «Сочини конец истории». Детям предлагается завершить предлагаемую историю. Придумать свое завершение проблемы отношений между людьми или животными, которые являются героями литературного произведения.
- Прием «Добрые слова». Детям предлагается вспомнить добрые слова, которые говорят герои фильмов другим людям.

- Прием «Творчество на заданную тему». Школьники свободно импровизируют на обозначенную педагогом тему (моделируют, конструируют, инсценируют, делают литературные, музыкальные и иные зарисовки, комментируют, разрабатывают задания и т. п.).
- Прием «Киностудия». Дети сочиняют пародию на известный фильм, используя сюжеты из своей жизни. Потом пытаются изобразить эту пародию.

Педагогических приемов — множество. Каждая ситуация рождает новые приемы, каждый учитель из множества приемов использует те, которые соответствуют его индивидуальному стилю. Прием, который подходит к одному ученику, может быть неприемлем для другого.

Задания для участников тренинга

Упражнение 1

Упражнение для понимания термина «толерантность»

Участники разделяются на группы. Задание группам для обсуждения: «Сформулируйте понятие «толерантность», используя одно существительное, два глагола, три прилагательных». Обсуждение определений. Нахождение общих (различных) аспектов данного понятия.

Упражнение 2

Участники занятия (молодые педагоги) должны придумать принципы толерантности. Выслушав участников, ведущий озвучивает свои принципы.

Ведущий предлагает группам на основе определения толерантности, выработанного в процессе совместной работы, и принципов толерантности оформить цели и задачи педагога по воспитанию толерантного поведения подростков и старшеклассников в виде «паучка». Тело «паучка» — определение цели, «ножки» — задачи. Располагать их следует в том порядке, в каком они должны решаться по приоритетности или значимости. Устойчивость каждой «ножки» усиливается присоединением к ним «башмачков» в виде конкретных методов и форм, которые служат средством реализации задач.

Обсуждение результатов групповой работы. Составление общей схемы «паучка».

Примерное содержание схемы:

1. Толерантный педагог.
2. Создание толерантной среды.
3. Диалоговое межличностное взаимодействие.
4. Позитивное мышление.

5. Развитие личных толерантных качеств.
6. Привлечение родителей в союзники педагога.

Упражнение 3. «Черты толерантной личности»

Цель: повышение у молодых педагогов мотивации к самоанализу своих качеств.

Участники получают бланки опросника.

	Черты толерантной личности	Колонка А	Колонка Б
1.	Расположенность к другим		
2.	Снисходительность		
3.	Терпение		
4.	Чувство юмора		
5.	Чуткость		
6.	Доверие		
7.	Альтруизм		
8.	Терпимость к различиям		
9.	Умение владеть собой		
10.	Доброжелательность		
11.	Умение не осуждать других		
12.	Гуманизм		
13.	Умение слушать		
14.	Любознательность		
15.	Способность к сопереживанию		

Инструкция:

1. Сначала в колонке А поставьте «+» напротив трех качеств, которые, по-вашему мнению, у вас наиболее выражены.
2. Затем в колонке Б поставьте «+» напротив трех качеств, которые, по-вашему мнению, наиболее характерны для толерантной личности.

Ведущий прикрепляет на доску бланк опросника. Он просит поднять руки тех, кто отметил в колонке «Б» первое качество. Число ответивших, подсчитывается и заносится в колонку бланка. Таким образом, подсчитывается число ответов по каждому качеству. Те три качества, которые набрали наибольшее количество баллов, является ядром толерантной личности (с точки зрения данной группы).

Обсуждение:

- С какими затруднениями вы столкнулись, заполняя таблицу?
- Как можно прокомментировать сравнение представлений о себе («+» в колонке «А») с портретом толерантной личности, созданным группой (колонка «Б»)?
- Каковы, на ваш взгляд, условия, необходимые для формирования толерантной личности?

Примерные высказывания по групповой работе.

Упражнение 4. «Не судите»

Каждому участнику раздают маленький фрагмент картинки из журнала, календаря или рекламного проспекта. Например, если на картинке изображено чье-то лицо, необходимо вырезать только глаза, или изображение рта, бровей. Если это будет пейзаж, можно вырезать отдельное дерево или цветок, фрагмент реки или озера. Необходимо спросить участников занятия, смогут ли они сказать, что изображено на этой картинке (педагоги понимают, что, для того чтобы точно описать картину, они могут только предполагать, так как не хватает других важных деталей).

В процессе дискуссии ведущий объясняет молодым педагогам, что такое происходит, когда мы пытаемся судить об окружающем нас мире и особенно о детях.

Ведущий тренинга демонстрирует часть лица человека (нос, ухо или другую часть) с комментариями: «Насколько сложно нам что-то сказать о лице человека, имея перед собой всего лишь этот маленький фрагмент, настолько же трудно судить о человеке, исходя из его внешности или поступка. Чтобы судить о людях справедливо, нужно хорошо знать их прошлое и настоящее. Все, что мы видим вокруг, — фрагменты картины, которую нам не суждено увидеть целиком. Важное понимание этого — залог житейской мудрости, а мудрость — это больше, чем суждение».

Участникам занятия раздают листы бумаги и просят, чтобы каждый из них проделал в центре листа отверстие, через которое можно было бы смотреть. «Посмотрите на меня через отверстия в ваших листах бумаги скажите, что вы видите. Теперь взгляните через отверстие на ваше окружение. Обратите внимание: ваш взор ограничен размерами отверстия. Заметьте, каждый из вас может видеть лишь то, что находится непосредственно перед ним».

Большинство из нас смотрит на мир, словно через замочную скважину. Точно так же мы смотрим на других людей. Приблизитесь и посмотрите друг на друга сквозь ваши «замочные скважины». Сколь малую часть другого человека вы можете видеть сейчас, столь же мало вы можете судить о людях или вещах.

Ведущий предлагает участникам занятия послушать притчу.

Притча «История об одном мальчике»

Жил-был один очень темпераментный мальчик. И вот однажды отец дал ему мешочек с гвоздями и наказал: каждый раз, когда мальчик не сдержит своего гнева, он должен вбить один гвоздь в столб забора.

В первый день в столб было забито 37 гвоздей. На другой неделе мальчик сдерживался, потом еще. Так, с каждым днем число заби-

ваемых в столб гвоздей стало уменьшаться. Мальчик понял, что контролировать свой темперамент легче, чем вбивать гвозди.

Наконец настал день, когда мальчик ни разу не потерял самообладания. Он рассказал об этом своему отцу, и тот сказал, что на сей раз каждый день, когда сыну удастся сдержаться, он может вытащить из забора по одному гвоздю.

Шло время, пришел день, когда мальчик мог сообщить своему отцу о том, в заборе не осталось ни одного гвоздя. Тогда отец взял сына за руку и подвел к забору: «Ты неплохо справился, но ты видишь, сколько в заборе дыр? Он уже никогда не будет таким, как прежде. Когда говоришь человеку что-нибудь злое, у него остается такой же шрам, похожий на эти дыры. И неважно, сколько раз после этого ты извинишься — шрам все равно останется. Словесный шрам причиняет боли ничуть не меньше, чем физический».

Настоящих друзей не бывает много. Они умеют развеять твоё плохое настроение и помогают в трудную минуту. Они готовы выслушать тебя и открыть тебе своё сердце. Ты мой друг, и для меня это большая честь. Прости меня, если я когда-нибудь оставил дыру в твоём заборе.

Притча о двух волках

Когда-то давно старый индеец открыл своему внуку одну жизненную истину.

— В каждом человеке идет борьба, очень похожая на борьбу двух волков. Один волк представляет зло — зависть, ревность, сожаление, эгоизм, амбиции, ложь... Другой волк представляет добро — мир, любовь, надежду, истину, доброту, верность...

Маленький индеец, тронутый до глубины души словами деда. На несколько мгновений задумался, а потом спросил:

— А какой волк в конце побеждает?

Старый индеец едва заметно улыбнулся и ответил:

— Всегда побеждает тот волк, которого ты кормишь.

Упражнение 5. Завершим мысль

Полезные истины следует говорить и повторять как можно чаще.

П. Буаст

В данном упражнении предлагается завершить начатую идею высказывания. Главная цель упражнения — не столько угадать завершающее слово, сколько побудить себя (или другого, если упражнение используется в игровом режиме) думать, включиться в интеллектуально-познавательную деятельность, позволяющую совершенствоваться

личностные оценочно-прогностические и познавательно-эвристические способности.

Достойный человек — это не тот, кто не имеет недостатков, а, видимо, тот, кто имеет _____ (что?)

Чем человек добрее, тем больше он замечает добра _____ (в ком?)

Чаще всего мы стараемся изменить другого, а не _____ (кого?)

Добрые слова очень часто способны изменить отсутствие _____ (чего?)

Самая большая ошибка заключается в том, что человек считает себя во всем абсолютно _____ (каким?)

Поступки человека — лучшие проводники его _____ (чего?)

Через то, что есть у человека, можно оценить и то, что есть _____ (в ком?)

Желая быть выше людей, необходимо порой ставить себя _____ (как?)

Теоретический материал к теме занятия

Определение слова «*толерантность*» на разных языках земного шара звучит по-разному:

– в испанском языке оно означает способность признавать чужие идеи и мнения;

– во французском языке — отношение, при котором допускается, что другие могут думать или действовать иначе, нежели ты сам;

– в английском — готовность быть терпимым, снисходительным;

– в китайском — позволять, принимать, быть по отношению к другим великодушным;

– в арабском — прощение, снисходительность, мягкость, милосердие, сострадание, благосклонность, терпение, расположенность к другим;

– в русском языке — способность терпеть что-то или кого-то (быть выдержанным, выносливым, стойким, уметь мириться с существованием чего-либо, кого-либо).

Приложение 7

Тренинг для молодых педагогов

Тема «Навыки эффективного общения»

Человек — это не только «бытие в мире», но и главным образом «бытие с другими».

*Ваше мнение мне глубоко враждебно,
но за ваше право его высказать я готов пожертвовать жизнью.*

Вольтер

Форма проведения: практическое занятие с элементами тренинга и творческой работы.

Цель: формирование определенных умений и навыков у молодых педагогов в сфере эффективного общения.

Главное условие для эффективности проведения занятия: создание особой территории коммуникативного поля, возможность проведения интерактивного межгруппового и межличностного взаимодействия.

Для развития коммуникативной, творческой, познавательной деятельности молодых педагогов нужно искать способы создания раскрепощающей обстановки учебного процесса, особой атмосферы, побуждающей к творчеству.

Для достижения этой цели рекомендуются следующие шаги.

Шаг 1. Устранить у участников тренинга внутренние препятствия к активному взаимодействию на тренинге. Помочь участникам приобрести уверенность во взаимоотношениях с наставником и участниками тренинга.

Шаг 2. Воздержаться от оценок высказываний участников тренинга. Активно использовать слова-одобрения любой инициативе участников к активной дискуссии и потребности высказаться, сказать свои предположения.

Шаг 3. Периодически задавать вопрос «А что, если...?»

Шаг 4. Вовлекать в дискуссию всех.

Правила для участников

1. Признание не на словах, а на деле разнообразия мнений, наличия многообразия точек зрения на различные проблемы в профессиональной деятельности и в личной жизни.

2. Предоставление каждому участнику тренинга возможности осуществить свое право высказать любую точку зрения.

3. Определение общей платформы для взаимодействия.

4. Поиск общих точек соприкосновения.

Вступительное слово ведущего

Каждый человек в своей повседневной жизни действует чаще всего привычным для него способом. Находясь в необычной для себя ситуации или перед необходимостью выбора, человек может сделать для себя совершенно неожиданный шаг либо последовать одной из опробованных раньше стратегий. Люди, обладающие широким и разнообразным набором коммуникативных стратегий, легче адаптируются в нестандартных ситуациях, чаще принимают взвешенные и ответственные решения.

Упражнение 1

Молодые педагоги совместно с наставником дают определение понятиям «общение», «межличностное общение». По завершении обсуждения каждая группа зачитывает свои определения.

Ведущий тренинга предлагает научное определение этим терминам.

Общение — самое широкое по своему объему и содержанию понятие. Оно включает в себя всевозможные контакты, возникающие между людьми, независимо от содержания и формы.

Межличностные отношения — более узкое, чем общение, понятие. Оно включает в себя только такие отношения между людьми, которые описываются в психологических терминах, связаны с восприятием и оценкой людьми друг друга как личностей и выражают их субъективное, эмоциональное отношение друг к другу.

Упражнение 2

Интервью или ответы на вопросы

1. Что для вас значит общение?
2. Может ли человек обойтись без общения с другими и быть по-настоящему счастливым?
3. Что в первую очередь должен помнить каждый, кто только начинает строить свои отношения с другими людьми, например новичок в педагогическом коллективе?
4. Когда общение является источником счастья?
5. Когда общение может быть источником психологической травмы?

Участники занятия, слушая ответы друг друга, озвучивают выводы и составляют эффективные правила общения с коллегами — педагогами, с родителями, с детьми.

Упражнение 3

Список качеств, важных для общения

Ведущий обращается к участникам занятия:

Среди множества качеств, характеризующих человека во всех его проявлениях, есть такие, которые относят к качествам, крайне необходимым и важным для эффективного общения людей.

На первом этапе в течение 5 минут вы должны самостоятельно и индивидуально составить список качеств, важных для общения. Чем больше вы включите в этот список качеств, тем интереснее вам будет работать на втором этапе. При составлении списка постарайтесь представить себе общительного человека. Каким он должен быть? Чем он отличается от других людей? Одним словом, ваш образ общительного человека. Вспомните очень общительных литературных героев, своих

знакомых и т. д. Может быть, это вам поможет составить перечень качеств, важных для приятного и продуктивного общения.

Ваш собственный список качеств, важных для общения, нужно обязательно составить письменно. Это очень важно для дальнейшей работы, поэтому не следует лениться, а нужно записать свои предложения в этот список на отдельном листке бумаги.

На втором этапе проведем общую дискуссию, основная цель которой — выработать согласованный список качеств, важных для общения. При этом любой член группы может высказать свое мнение, разумеется, аргументируя его, приводя примеры, иллюстрирующие, как и когда это качество помогало преодолеть то или иное обстоятельство, улучшить отношения с окружающими. Качество включается в общий список, если за него проголосовало большинство участников (более половины).

Вы сможете на этом этапе проверить свои коммуникативные навыки. Понаблюдайте за собой, как вы убеждаете тех, кто не согласен с вами, кто категорически против вашего предложения. А как вы реагируете на возражения?

На третьем этапе каждый участник записывает в свой листок только что составленный общий список качеств, важных для общения. Список может иметь следующий вид:

Список качеств, важных для общения

№	Качество	Самооценка
1	Умение слушать людей	
2	Тактичность	
3	Умение убеждать	
4	Интуиция	
5	Наблюдательность	
6	Душевность	
7	Энергичность	
8	Открытость	
9		

Затем в графе «Самооценка» каждый из вас в зависимости от того, насколько свойственно ему то или иное качество, должен поставить оценку по 10-балльной шкале. Естественно, чем выше степень проявления того или иного качества, тем выше балл, который вы себе выставяете.

Упражнение 4

Участники занятия делятся на 4 команды, которые получают свое задание.

1 группа должна будет предложить всем универсальные советы по созданию доверительных отношений. Доверие, с точки зрения

практической психологии, — это такое состояние, которое складывается у человека, который «верит, что его понимают».

2 группа создает психологический портрет бесконфликтной личности.

3 группа предлагает свою модель современного общества, в котором нет места конфликтам. В качестве сравнения приводятся аргументы того, что выигрывает общество, если оно будет избегать конфликтов и все будут жить в мире и согласии.

Ключевой вопрос: от чего зависит построение такого общества? Насколько реально оно сможет существовать и как долго?

4 группа. Творческая мастерская, в рамках которой участники сочиняют стихи, лозунги, рифмы, цитаты, афоризмы, новеллы, притчи, посвященные позитивному общению и призывающие к жизни без конфликтов и агрессии.

Каждая группа представляет результат своей работы и оценивает работу других групп, отмечая наиболее понравившиеся высказывания участников.

Упражнение 5

Поддержка — эффективное средство успешной коммуникации.

Инструкция: участники образуют два круга (внешний и внутренний), стоя лицом друг к другу. Стоящие лицом друг к другу образуют пару, первый член пары оказывает искренний знак внимания партнеру, второй отвечает: «Да, конечно, но, кроме того, я еще и ...» Далее партнеры меняются ролями, после чего образуют новые пары, делая шаг влево/вправо.

Вопросы для обсуждения:

- «Какие чувства Вы испытывали, когда оказывали другому человеку знаки внимания?»
- «Что вы чувствовали, когда знаки внимания оказывали Вам?»
- «Легко ли Вам было реагировать на оказанные знаки внимания заданным образом? Почему?»

Дискуссия на тему «Что такое поддержка?»

Ведущий вводит понятия: знак внимания, похвала, поддержка, комплимент.

Далее идет обсуждение вопросов:

- «Как Вы поняли различие между поддержкой и похвалой?»
- «Как Вы понимаете выражение: «Оценка человека и оценка его действий — не одно и то же».

Упражнение 6 «Сильные стороны»

Инструкция: участники работают в парах, один рассказывает о своей проблеме/затруднении, второй педагог — находит сильные стороны в поведении партнера, потом роли меняются.

Вопросы для обсуждения:

- Все ли смогли найти сильные стороны в поведении партнера?
- Кому было трудно это сделать?

Упражнение 7. «Поддержка»

Инструкция: группа разбивается на пары, один из участников рассказывает партнеру о своей проблеме или затруднении, партнер оказывает поддержку партнеру.

Вопросы для обсуждения:

- Все ли смогли отреагировать на рассказ партнера заданным образом?
- Что чувствовал тот, к кому обращена поддержка?
- Что чувствовал слушающий педагог?

Упражнение 8

Задание на сплочение участников группового занятия

Инструкция:

1. Участникам необходимоделиться на несколько групп.
2. Каждая группа должна придумать название педагогической газеты.
3. Коллективно сочинить новость, посвященную празднованию Дня учителя.
4. Составить креативную рекламу, связанную с дополнительными видами образовательных услуг на бюджетной основе.
5. В педагогической газете опубликовать главное педагогическое событие года.
6. Составить коллективный фоторепортаж с главного педагогического события года.

Упражнение 9

Для более динамичного хода тренинга ведущий может предложить роли. Это могут быть как сценарные роли (директор школы, родитель, ученик), так и личностные роли, например критика, лидера, сомневающегося и др.

Зачем нужны роли? Участники тренинга не всегда могут самостоятельно выдвинуть роль, которую они хотели бы сыграть. А когда достается карточка с ролью, то участник тренинга спокойно принимает условия.

Примеры карточек для раздачи ролей.

Вы — критик

Что бы ни происходило, тебе все не нравится. Радуются? Нашли чему...Боятся? Есть чего бояться... По желанию Вы можете предлагать свои решения, а можете отвергать все. Постарайтесь вжиться в эту роль, а не играть ее. Для этого подумайте, чем хорош критик (например, стимулирует группу).

Вы — лидер

Постарайтесь всех организовать. Если не Вы — все погибнут. Если найдется другой лидер, то он один все равно не справится. Будьте слишком вялым — Вас не заметят, будете слишком мягким — не будут слушать, будете слишком жестким — будут недовольны. Сложно?

Приложение 8

Профилактика эмоционального и профессионального выгорания педагогов со стажем педагогической деятельности более 10 лет

Программа упражнений и заданий для тренинга профилактики эмоционального выгорания педагога

Главный лозунг занятий: «Что я узнал нового? Что я сделаю с этим в ближайшие 72 часа?»»

*Как в этом мире дышится легко,
Скажите мне, кто жизнью не доволен,
Скажите, кто вздыхает глубоко,
Я каждого счастливым сделать волен.
Пусть он придет! Я должен рассказать,
Я должен рассказать опять и снова,
Как сладко жить...*

Н. Гумилев

План тренинга

№	Этап тренинга	Комментарии
1.	Вступительное слово ведущего тренинга. Актуальность темы тренинга. Причины эмоционального выгорания педагога.	Во время вступительного слова ведущий подчёркивает сложность профессии педагога, которая в первую очередь связана с высокой степенью ответственности за качество своей работы
2.	Диагностический	Ведущий тренинга для повышения эффективности своей работы проводит диагностику среди педагогов, которая позволяет понять индивидуальные причины эмоционального и профессионального выгорания педагогов и в дальнейшем составить индивидуальный коррекционный маршрут для

		каждого участника тренинга. Для этого используется диагностическая плоскость «Мнение педагогов о возможных причинах, приводящих к эмоциональному и профессиональному выгоранию педагогов».
3.	Этап практической работы с таблицей, в которую участники вписывают свои варианты самопомощи в ситуации педагогического стресса и хронической усталости.	Такая работа позволяет найти для каждого свои ресурсы и провести оценку возможностей
4.	Выполнение заданий и упражнений	Активная работа, позволяющая по-новому посмотреть на свою ситуацию, состояние и актуальные проблемы, позволит снять тревожность, внутреннее напряжение и открыть новые ресурсы для восстановления. Участие в групповой и индивидуальной работе поможет участникам понять причины «ненужных» внутренних переживаний и найти пути решения своих личностных проблем, способствующих эмоциональному выгоранию.
5.	Советы и рекомендации	Помогут участникам приобрести навыки совладающего поведения в стрессовой ситуации, определить способы реагирования на негативное влияние факторов внешней среды.

Вступительное слово ведущего тренинга

Неразрешенная проблема как открытая форточка, в которую всегда дует.

Неизвестный автор

В жизни любого человека встречаются трудности. Японская мудрость гласит: если у молодого человека в жизни нет трудностей, то ему их надо купить за деньги. Смысл этого утверждения в том, что, преодолевая трудности, человек приобретает жизненный опыт и становится мудрее и увереннее в себе. Однако многое зависит от того, как человек воспринимает проблемы и трудности и как к ним относится: или с точки зрения катастрофы, или с точки зрения опыта.

Профессиональное выгорание — это синдром, развивающийся на фоне хронического стресса и ведущий к истощению эмоционально-энергетических и личностных ресурсов работающего человека. Выгорание прежде всего является следствием нереализованных ожиданий

от вложений физических, интеллектуальных, организационных усилий.

Главные значимые для личности особенности:

- система отношений;
- ценности и потребности;
- уровень притязаний;
- установки и принципы.

Диагностический этап

Инструкция для участников тренинга:

Вам предложена плоскость, в которой вы должны отметить возможные причины эмоционального выгорания педагогов и вписать свои варианты в пустые строчки.

Возможные причины профессионального выгорания педагогов

№	Причина эмоционального и профессионального выгорания педагога	Да	Нет
1	высокая степень ответственности перед родителями		
2	высокая ответственность за качество выполняемой работы		
3	постоянное общение, слишком много коммуникации		
4	высокие требования к профессионализму учителя		
5	слишком много времени на оформление документов (электронный журнал), написание планов, отчетов, справок, программ и др.		
6.	более всего риску возникновения СЭВ подвержены педагоги, предъявляющие непомерно высокие требования к себе		
7.			
8.			

Эффективные способы, которые, на взгляд педагога, помогут справиться с эмоциональным выгоранием

Инструкция для участников тренинга:

1. Необходимо заполнить таблицу, в которой вы можете предложить варианты самопомощи в ситуации эмоционального и профессионального выгорания.
2. Всем участникам необходимо обменяться листочками с таблицей, в которой были вписаны варианты самопомощи.
3. Каждый участник вслух зачитывает один прием и делится своим опытом оказания самопомощи в ситуации хронической усталости и стресса, связанного с профессиональной деятельностью.

Ведущий задает вопросы участникам:

1. С чего начинается Ваш день?
2. Есть ли у Вас привычка, которая, по Вашему мнению, сильно помогает Вам в жизни?

3. Что мотивирует Вас двигаться вперед и покорять новые вершины?
4. Какой для Вас самый лучший способ расслабиться и восполнить силы и энергию?
5. Каков Ваш девиз по жизни?

№	Эффективный способ восстановления в период эмоционального выгорания
1.	В случае, когда есть признаки эмоционального выгорания, хронической усталости, первое, что необходимо сделать, — это замедлиться.
2.	
3.	
4.	

Игорь Вачков в газете «Школьный психолог» писал, что во время кризиса начинаешь особенно отчетливо понимать, насколько хрупко наше благополучие. Люди — и даже сами психологи — теряют ощущение счастья и вдруг осознают, что еще вчера они были беззаботны и счастливы, а нынче все вокруг кажется мрачным и безотрадным. Если счастье — что-то внешнее по отношению к человеку, тогда, конечно, его можно лишиться. Если же оно — наш внутренний атрибут, то отнять или потерять его нельзя.

Врачи утверждают, что путь в невроз начинается с возникновением чувства несостоятельности, неуверенности в себе, с неожиданных перемен, к которым человек не был готов. Невроз и различного рода психологические травмы возникают тогда, когда человек и не предполагает, что в его жизни может что-то кардинально измениться и пойти не по его задуманному сценарию. Сегодня модно говорить, что надо учиться жить в эпоху непредсказуемости и возможных перемен. Но как?

Игорь Рыбаков в своей книге «Жажда» говорит, что он убежден в том, что важны не внешние обстоятельства, а важно то, как человек в них действует, как добивается главного — сохранения того состояния ума, души и духа, которые необходимы. «Меняются обстоятельства — меняется мой способ действовать, меняется актуально востребованный набор информации и представлений. Остается неизменным внутреннее состояние свободного осознанного творчества, состояние счастья» (И. Рыбаков).

Упражнение 1. Мы видим мир таким, каковы мы сами

*Давайте будем идти по солнечной стороне жизни
уверенным шагом и не оглядываясь!*

Ведущий читает притчу «Дерево».

У дороги стоял ствол засохшего дерева. Ночью прошел мимо него вор и испугался — подумал, что это стоит поджидающий его полицейский. Прощел мимо влюбленный юноша, и сердце его забилося ра-

достно: он принял дерево за свою возлюбленную. Ребенок, напуганный сказками, увидел дерево и расплакался: ему показалось, что это привидение. Но во всех случаях дерево было только деревом. *Мы видим мир таким, каковы мы сами.*

Наставник:

Очень часто, погружаясь в рутину современной жизни, сталкиваясь с ежедневными стрессовыми ситуациями, мы забываем про свой внутренний мир, перестаем мечтать, видеть и ценить свои качества, способности. Это приводит к внутреннему выгоранию человека, которое сказывается как на личной жизни человека, так и на профессиональной.

Диагностика

(самоанализ педагогом)

Анкета предлагается для анонимного и самостоятельного заполнения.

Анкета «Мой первый круг поддержки».

Мной сформирован круг близких людей, в который вошли:

Бывшие одноклассники	
Бывшие однокурсники	
Близкие родственники	
Коллеги по работе	
Дальние родственники	
Друзья друзей	
Недавние знакомые	
Другие близкие мне люди	
Члены общественных организаций (профессиональных сообществ)	
У меня нет круга близких людей	

Упражнение 2.

Упражнение «Лимон» (управление состоянием мышечного расслабления и напряжения)

Сядьте удобно: руки свободно положите на колени, плечи и голова опущены, глаза закрыты. Мысленно представьте себе, что у вас в правой руке лежит лимон. Начинайте медленно сжимать его до тех пор, пока не почувствуете, что «выжали» весь сок. Расслабьтесь, запомните свои ощущения. Теперь представьте себе, что лимон находится в левой руке. Повторите упражнение. Вновь расслабьтесь и запомните свои ощущения. Затем выполните упражнение одновременно двумя руками. Расслабьтесь. Насладитесь состоянием покоя.

Упражнение 3. «Сосулька»

Встаньте, закройте глаза, руки поднимите вверх. Представьте, что вы — сосулька или мороженое. Напрягите все мышцы вашего тела. Запомните эти ощущения. Замрите в этой позе на 1–2 минуты.

Затем представьте, что под действием солнечного тепла вы начинаете медленно таять. Расслабляйте постепенно кисти рук, затем мышцы шеи, плеч, корпуса, ног и т. д. Запомните ощущения в состоянии расслабления. Упражнение можно выполнять лежа на полу.

Упражнение 4. «Воздушный шар»

Встаньте, закройте глаза, руки поднимите вверх, наберите воздух. Представьте, что вы — большой воздушный шар, наполненный воздухом. Пойдите в такой позе 1–2 минуты, напрягая мышцы тела. Затем представьте себе, что в шаре появилось небольшое отверстие. Медленно начинайте выпускать воздух, одновременно расслабляя мышцы тела: кисти рук, затем мышцы плеч, шеи, корпуса, ног. Запомните ощущение в состоянии расслабления. Выполняйте упражнение до достижения оптимального психоэмоционального состояния.

Обсуждение, подведение итогов занятия.

Упражнение 5.

Способы, связанные с воздействием слова

Известно, что «словом может убить, словом можно спасти». Вторая сигнальная система (словом) — высший регулятор человеческого поведения. Словесное воздействие задействует сознательный механизм самовнушения, идет непосредственное воздействие на психофизиологические функции организма. Формулировки самовнушений строятся в виде простых и кратких утверждений с позитивной направленностью (без частицы «не»).

Самоприказы

Самоприказ — короткое, отрывистое распоряжение, отданное самому себе.

Применяйте самоприказ, когда убеждены, что надо вести себя тем или иным образом, но испытываете трудности с выполнением: «Разговаривать спокойно!», «Молчать, молчать!», «Не поддаваться на провокацию!» — это помогает сдерживать эмоции, вести себя достойно. Сформулируйте самоприказ. Мысленно повторите его несколько раз.

Самоодобрение (самоощереение)

Часто люди не получают положительной оценки своего поведения со стороны. Это особенно важно в ситуациях повышенных нервно-психических нагрузок, и является одной из причин увеличения нервозности, раздражения. Поэтому полезно поощрять себя самим в случае даже незначительных успехов, целесообразно хвалить себя,

мысленно говоря: «Молодец!», «Умница!», «Здорово получилось!».
Находите возможность хвалить себя в течение дня не менее 3–5 раз!

Способы, связанные с использованием образов

Использование образов связано с активным воздействием чувств и представлений на центральную нервную систему. Если словом мы воздействуем в основном на сознание, то образ, воображение открывают нам доступ к мощным подсознательным резервам психики.

Чтобы использовать образы для саморегуляции, специально запоминайте ситуации, события, в которых вы чувствовали себя комфортно, расслабленно, спокойно, — это ваши ресурсные силы.

Упражнение 6. «Мои достижения»

Важно, чтобы педагоги научились выстраивать позитивную перспективу своей жизни. Это даст им силы для преодоления возможных ошибок, кризисных периодов и сложностей жизни. Каждый человек может научиться этому, сохраняя в памяти свои счастливые события и достижения.

Для этого упражнения может быть использован мяч или другой предмет. Тот, у кого он в руках, рассказывает о том, что ему удалось в жизни, чего он хотел и достиг.

Упражнение 7. «Подарок»

Ведущий занятия дарит каждому участнику открытку или пожелание в виде цитаты.

Например:

«Смысл жизни в красоте и силе стремления к целям, и нужно, чтобы каждый момент бытия имел свою высокую цель». М. Горький

«Весь смысл жизни заключается в бесконечном завоевании неизвестного, в вечном усилии познать больше». Э. Золя

«Понимать, что справедливо, чувствовать, что прекрасно, желать, что хорошо, — вот цель разумной жизни». А. Платен

«Главная жизненная задача человека — дать жизнь самому себе, стать тем, чем он является потенциально. Самый важный плод его усилий — его собственная Личность». Э. Фромм

«Жизнь — это красноватая искорка в мрачном океане вечности, это единственное мгновение, которое нам принадлежит».

И. Тургенев

«Живи так, как растет дерево, радуйся солнцу и знай, что в самую страшную грозу идет дождь и питает все живое». К. Черный

«Смотри на каждую утреннюю зарю как на начало новой жизни и на каждый закат солнца как на конец ее. Пусть каждая из этих кратких жизней будет отмечена каким-нибудь добрым поступком,

какой-нибудь победой над собой или приобретенным знанием».
Д. Раскин

«Все конфликты в мире и в душе человека проходят через его сердце и возвращаются к нам осмысленными и понятными. А то, что понятно, уже не так страшно». Фромм Э.

Упражнение 8. «Ценная рукопись»

Давным-давно сторела большая библиотека. Уцелела лишь одна рукопись. В течение многих лет она покоилась в глубине книжной лавки, и никто не обращал на нее внимание до тех пор, пока однажды в лавке не сменился хозяин. Он перебирал свитки, книги, рукописи и избавлялся от ненужного. Так эта рукопись попала в руки случайного нищего. Перед тем как разжечь ею костер, чтобы согреться, он поинтересовался, о чем же она. После того как нищий прочитал, что там написано, он решил, что каждый живущий на земле человек должен обязательно прочитать этот текст. В рукописи было написано:

Участникам предлагается дописать рукопись.

Упражнение 9. Работа с притчей.

Притча о Карандаше

Прежде чем положить карандаш в коробку, карандашный мастер отложил его в сторону.

— Есть пять вещей, которые ты должен знать, — сказал он карандашу, — прежде чем я отправлю тебя в мир. Всегда помни о них и никогда не забывай, и тогда ты станешь лучшим карандашом, которым только можешь быть.

Первое: ты сможешь сделать много великих вещей, но лишь в том случае, если ты позволишь Кому-то держать тебя в Своей руке.

Второе: ты будешь переживать болезненное обтачивание время от времени, но это будет необходимым, чтобы стать лучшим карандашом.

Третье: ты будешь способен исправлять ошибки, которые ты совершаешь.

Четвертое: твоя наиболее важная часть будет всегда находиться внутри тебя.

И пятое: на какой бы поверхности тебя ни использовали, ты всегда должен оставить свой след. Независимо от твоего состояния, ты должен продолжать писать.

Карандаш понял и пообещал помнить об этом. Он был помещён в коробку с призыванием в сердце.

Упражнение № 10

В сувенирных лавках продают шкатулку с маленькими человечками внутри, сделанную индейцами Гватемалы. Согласно существующей легенде, перед тем как ложиться спать, вы должны рассказать каждому человечку о чем-то, что вас волнует и беспокоит. Когда утром вы проснетесь, окроете шкатулку и спросите каждого человечка: «Ты нашел решение моей проблемы?» — решение обязательно придет на ум.

Упражнение 11. «Сотворение глиняного мира»

Каждый участник тренинга получает небольшой кусок пластилина. Каждый создаёт свой мир, лепит все, что угодно, но с закрытыми глазами. Пальцы рук выражают мысли и чувства каждого. Упражнение сопровождается приятной мелодией, создающей расслабленную атмосферу. Закончив лепку, участники тренинга составляют фигуры на столе и совместно с открытыми глазами работают над структурированием целостного мира.

Упражнение 12. «Вспомни сказку»

Участники тренинга вспоминают название сказок и записывают на листочках. Ведущий предлагает выбрать сказку и поделиться основным ее смыслом.

Все сказанные вслух смыслы ведущий тренинга записывает на доске, после чего каждый участник тренинга может поделиться о том, какой сюжет сказки помог переосмыслить имеющуюся неразрешенную проблемную ситуацию.

Упражнение 13. «Да, я такая, а еще...»

Сейчас будем учиться реагировать на комплименты и приятные слова. Каждый говорит комплимент, а сидящий справа должен ответить: «Спасибо. Да, я такая, а еще я...» и называет свое положительное качество.

Если стресс возникает тогда, когда требования превосходят имеющиеся ресурсы, из этого следует, что необходимо либо видоизменить требования, либо увеличивать ресурсы.

Упражнение 14. «Жизнестойкость личности»

Жизнестойкость личности — способность переносить трудности, невзгоды, неудачи в жизни, которых вовсе избежать нельзя, умение «держаться удар», не отчаиваться при неудачах, относиться к ним как к преодолимым, делать выводы и не повторять ошибок.

Инструкция для участников тренинга:

Необходимо придумать ряд ассоциаций со словом жизнестойкость. Все ассоциации записать в столбик. Подчеркните те слова, которые находятся у вас в дефиците. На следующем чистом листе выпишите ваши дефицитные слова и проведите к ним множественные стрелочки, на которых необходимо будет вписать все возможные действия для формирования этих качеств, связанных с жизнестойкостью». Например, вашими ассоциативными словами, возникающими с понятием «жизнестойкость», могут быть уверенность, сила воли, характер, умение быть сильным, не поддаваться, быть мужественным, самообладание и др. Затем вы подчеркнули написанное вами слово «самообладание» как дефицитное качество вашей личности. Выписываем его на отдельном чистом листочке и от него отводим много стрелочек.

Самообладание



Под каждой стрелочкой записываем действие для развития этого качества.

Упражнение 15. «Портрет успешного человека»

Задание для участников тренинга:

- нарисуйте словесный портрет успешного человека;
- сформулируйте качества, внешние данные, которыми должен обладать современный лидер, успешный человек.

Обсудите в группах, в чем секрет успеха некоторых людей.

Примерный портрет успешного человека.

Успешный человек — человек, который уверенно стремится к своим целям, при этом радуется жизни. Успешный человек — человек, полный сил и энергии, у него богатые и далекие планы, ему много чего хочется сделать, и он точно знает, что все это возможно. Каждый новый день дарит ему новые открытия и достижения и приближает человека к заветной цели. Успешный человек:

- умеет совмещать удовольствие от жизни с активным достижением целей;
- учится легко управлять своим временем, вырываться из рутинной работы и успевать больше;
- создаёт планы на день, неделю и месяц, владеет основами тайм-менеджмента;
- активно действует, поддерживая постоянно высокий уровень энергии;
- сохраняет желание жить и работать с удовольствием.

Приемы по преодолению личных проблем и профилактики эмоционального выгорания,

которые ведущий тренинга рекомендует своим участникам.

1. Прием **«Сравнение»**. В проблемной ситуации можно применить «идущее вверх сравнение» — сравнение с людьми с худшими ситуациями и жизненными обстоятельствами. «Идущее вверх сравнение» связано с воспоминаниями о своих успехах в различных ситуациях, когда вы были на высоте, что-то получалось и была ситуация успеха.

2. Прием **«Незначительный эпизод», «Обесценивание объекта переживаний»**. В некоторых случаях, когда человек отличается повышенной впечатлительностью, ранимостью и тревожностью, можно провести работу по уменьшению значимости предмета переживаний: «Это не самое главное в жизни». Рассмотреть событие как часть биографии или незначительный эпизод.

3. Прием **«Корректировка надежд»**. Преодоление феномена «Я должен». Многие люди ориентированы на эталоны и образцы (не без помощи значимых взрослых с установкой «Ты должен!»). Когда в реальности самооценка педагога говорит об отсутствии возможности достижения того, что от него ожидает окружение, то наступает внутренний конфликт и противоречие между «должен» и «не могу». Помощь строится на обнаружении реальных ценностей для самого человека, его потребностей и перевода с «должен кому-то» к «должен самому себе, как автору своей жизни».

4. Прием **«Будущее»** — творческое самоотстранение и абстрагирование от проблемы. У детей младшего возраста имеются спонтанные способы совладания с трудными ситуациями — экспрессия (фантазия). Опираясь на воображение, можно помочь человеку справиться с тревожностью, чувством страха. Фантазия и воображение — способ отвлечь внимание от острых переживаний ситуации «здесь и сейчас» и возможность сконструировать будущее с другими позитивными событиями и будущей реальностью, в которой «нет причин для слез». Участнику тренинга предлагается пофантазировать: «Если бы я встретила тебя через много лет, когда все разрешится в лучшую сторону и этой проблемы не будет, и спросила: «Что помогло?», — то что бы ты ответил?»

5. Прием **«Я могу!»**. Перефокусировка. Под влиянием негативного социального опыта и субъективной оценки личности педагог приобретает устойчивую убежденность «Я не смогу!», «Я не способен!», «У меня ничего не получится». Психолог, используя различные объективные аргументы, опираясь на внутренние и внешние ресурсы,

приводит к переоценке своих возможностей с «Я не могу!» к «Я смогу».

6. Прием «**Проблема как решение, проблема как учитель**». Для многих людей любая сложная эмоциональная ситуация рассматривается как проблема — слепое пятно, из-за нее ничего не вижу и ничего не слышу!

Вопросы для обсуждения: «Чем твоя проблема оказалась тебе полезной?», «Чему научила тебя твоя проблема?».

7. Работа с чувствами и их проявлениями в ситуации кризиса и травмы. А. Ленгле отмечает основные этапы в работе с чувствами. Метод ориентации среди чувств — индикаторов нашей жизни по Ленгле:

1 шаг — занять внешнюю позицию по отношению к миру, который тяготит и печалит. Мы смотрим не на чувство, а на ситуацию — насколько она связана с чувством? Главный вопрос — «Действительно ли это так?».

2 шаг — после того как мы смогли открыто взглянуть на мир, мы обращаемся вовнутрь к своему чувству. «Если мои чувства действительно отражают эту ситуацию, то каковы последствия?».

3 шаг — обращаемся к позитивному, чтобы найти твердую почву под ногами. Главное, чему мы должны научиться, — контролировать ситуацию и жизнь в целом.

Рекомендации ведущего

Разногласия с окружающими неизбежны, так как у всех своя «линза» восприятия, свой уникальный взгляд на жизнь.

Лучшая стратегия поведения при возникновении разногласия «выиграл — проиграл». Она заключается в поиске компромисса, оптимального исхода, который устроит обе стороны. Это позволит и добиться желаемого результата, и сохранить хорошие отношения.

Берите ответственность за свою жизнь на себя. Вы сами отвечаете за свою жизнь, за себя, за свое дело, за других людей. Скажите себе: несмотря ни на что, я все равно обустрою свой мир, сделаю так, чтобы мне было комфортно и хорошо.

Не ждите подходящего момента. Его никогда не будет. Начинайте там, где стоите, опирайтесь на ресурсы, которые имеете.

Завершение тренинга проходит в сопровождении прочтения стихов и притч.

Ведущий тренинга предлагает послушать различные стихотворения («Терпение», «Кто понял жизнь»)

Владимир Шебзухов

Терпение

Спросил у мудреца юнец —
Что нужно в жизни этой,
Для благ, успехов наконец,
Счастливым быть на свете?
Мудрец ответил, что во всём,
За что берёмся с рвением,
Чтоб трудность стала нипочём —
Набраться лишь терпения!
«Коль стану воду в решете
Переносить, и что же?
Всяк согласится, скажет ведь —
Терпенье не поможет!»
«Достойный с решетом пример!
Хоть молод — сказ серьёзный!
Терпенья наберись, поверь,
Дождись зимы-мороза,
Чтобы вода замёрзла!
А коли правильно поймёшь —
И в решете — перенесёшь!»
Кто понял жизнь, тот больше не спешит,
Смакует каждый миг и наблюдает,
Как спит ребёнок, молится старик,
Как дождь идёт и как снежинки тают.
В обыкновенном видит красоту,
В запутанном простейшее решение,
Он знает, как осуществить мечту,
Он любит жизнь и верит в воскресенье,
Он понял то, что счастье не в деньгах,
И их количество от горя не спасёт,
Но кто живёт с синицею в руках,
Свою жар-птицу точно не найдёт...

Омар Хайям

Умейте радоваться дням:
В слезах дождя, в раскатах солнца...
Ведь день уйдет и не вернется.
И повезло сегодня нам, что были в этом дне:
Смеялись, плакали, любили...

И даже в том, что просто жили.

С сайта <http://www.inpearls.ru/>

Притча «Никогда не руби дерево зимой»

Как-то суровой зимой у нас закончились дрова. Отец вышел на околицу, нашел мертвое дерево и срубил его.

Весной он увидел, что из пня срубленного им дерева пробиваются побеги.

— Я был уверен, — сказал отец, — что это дерево мертвое. Тогда было так холодно, что от мороза его ветви трескались, ломались и падали на землю, как будто у него в корнях не оставалось и капли жизни. Теперь я вижу, что жизнь еще теплилась в этом стволе. И, повернувшись ко мне, он сказал:

— Запомни этот урок. Никогда не руби дерево зимой. Никогда не принимай решения в неподходящее время или когда находишься в плохом состоянии души. Жди. Будь терпеливым, плохие времена пройдут. Помни, что весна возвратится.

Рефлексия

Участники обмениваются впечатлениями и мнениями. Ведущий благодарит всех участников за внимание и участие в тренинге.

СОЗДАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИ КОМФОРТНОЙ, БЕЗОПАСНОЙ СРЕДЫ
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Методические рекомендации

Форм. бум. 60x84 1/16.

Усл. п.л.7

Институт развития образования Республики Татарстан

420015 Казань, Б.Красная, 68

Тел.: (843)236-65-63 тел./факс (843)236-62-42

E-mail: irort2011@gmail.com



**Институт развития образования
Республики Татарстан
420015, Казань, Большая Красная, 68
(843) 236-65-63, 236-62-42
irort2011@gmail.com**