

Государственное бюджетное учреждение
центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи
Красносельского района Санкт-Петербурга
(ЦППМСП Красносельского района)

Принято
Педагогическим советом
Протокол от 30.08.2024 № _____

Утверждаю
Директор И.С. Седунова
Приказ от 30.08.2024 № 179-09



Дополнительная общеразвивающая программа
социально-педагогической (социально-гуманитарной) направленности
**«БуллиНет:
развитие эмпатии и профилактика буллинга
в образовательной организации»**

Возраст обучающихся: 11 - 14 лет

Срок реализации: 2024-2025 учебный год

Объем: 16 часов

Разработчики: Гунько Анастасия Дмитриевна,
педагог-психолог,
Скорик Анна Юрьевна,
педагог-психолог

Санкт-Петербург

2024

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «БуллиНет: развитие эмпатии и профилактика буллинга в образовательной организации» является программой социально-педагогической (социально-гуманитарной) направленности. Уровень освоения программы – общекультурный.

Адресат программы

Программа предназначена для учащихся 11-14 лет (4 - 7 класс), имеющих личностные и межличностные проблемы, проявляющиеся в неадекватном поведении в школе. На занятия могут быть зачислены учащиеся, не отличающиеся нарушениями правил поведения, испытывающие высокую тревожность, большое количество страхов, имеющих другие индивидуально-психологические особенности. Ограничений по включению в группы по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «БуллиНет: развитие эмпатии и профилактика буллинга в образовательной организации» нет. Также адресатами программы являются родители/законные представители обучающихся 4-х – 7-х классов и педагоги тех классов, в которых имели место проявления буллинга.

Актуальность программы

Психологический комфорт в классе влияет как на освоение обучающимися учебной программы, так и на учебную мотивацию. Удовлетворенность обучающихся взаимоотношениями в классном коллективе, отсутствие «изолированных» и «отвергаемых» – это, наряду с уровнем развития познавательных процессов, одни из базовых факторов учебной успешности школьников.

Школьная образовательная среда не всегда комфортна, в ней присутствуют факторы, оказывающие негативное влияние на эмоциональное состояние обучающихся. Одним из таких факторов является буллинг.

Школьный буллинг (от английского bullying — «травля») — это агрессивное преследование одного из членов классного коллектива группой одноклассников. Обычно травлю организует один школьник, иногда с сообщниками, а большинство одноклассников являются свидетелями. При буллинге жертва оказывается не в состоянии защитить себя от нападок, таким образом, травля отличается от конфликта, где силы сторон примерно равны. Буллинг проявляется как в физической, так и в психологической форме. Психологическое насилие может выражаться в виде словесной травли (оскорблений, угроз, насмешек, постоянной негативной оценки жертвы и её деятельности), распространения слухов и сплетен, отказа в доверии и бойкота (одна из самых опасных форм буллинга, так как чаще остальных приводит к суициду) и так далее.

Буллинг наиболее распространён в 4-х – 8-х классах. Поведение детей более младшего возраста обычно ещё активно контролируют родители, а к возрасту старших классов на фоне процессов созревания мозговых структур и способности у старших подростков к саморегуляции он постепенно сходит на нет. Хотя проявления буллинга могут встречаться в любых возрастных категориях.

Если в классном коллективе возникла травля, этот процесс негативно влияет на всех одноклассников. Помимо жертвы и организатора буллинга с сообщниками, есть формально находящиеся в стороне от конфликта наблюдатели, но они всё равно включены в процесс: одобряют либо осуждают. В ситуации буллинга невозможно занимать отстранённую позицию. Даже если нападкам подвергается только один одноклассник и остальных «это не касается», наблюдатели получают не меньшую, а порой и большую психологическую травматизацию.

В подростковом возрасте проблема буллинга имеет особое значение. Именно в это время, усвоив определенные модели поведения, например, поведение «жертвы», подросток повторяет их всю последующую жизнь. Также и агрессия может закрепиться в качестве привычного стиля поведения.

Жертвой буллинга может стать любой ребенок. Но обычно выбирают того, кто слабее или чем-либо отличается от других. Чаще всего жертвами насилия становятся дети, которые внешне не похожи на других, для которых характерны выделяющие их из общей массы

особенности поведения, дети с недостаточно развитыми социальными навыками, проявляющие школьные страхи, в коллективе младших подростков имеют значение и трудности в обучении. Низкая самооценка ребёнка может способствовать как формированию роли жертвы, так и агрессивному поведению как варианту компенсации.

Последствия травли одноклассниками для ребёнка могут оказаться крайне негативными. Маленький человек привыкает считать себя неудачником и не достигает достаточных успехов во взрослом возрасте. Отсутствие положительного опыта общения в коллективе может привести к недоверию к людям в целом, что, возможно, отразится на всей дальнейшей жизни.

Профилактика буллинга помогает уменьшить масштабы этого явления и сократить количество вовлеченных в него подростков — «агрессоров» и «жертв».

Научные и нормативно-правовые основания программы

Нормативно-правовой базой дополнительной общеразвивающей программы «Коррекция проблемного поведения и развитие адаптационных возможностей ребенка к обучению в школе» являются следующие основные документы:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст.2, ст.12, ст.75);
- «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года», утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р;
- Указ Президента Российской Федерации от 29 мая 2017 №240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства»;
- Стратегия противодействия экстремизму в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная Указом Президента Российской Федерации от 29 мая 2020 г. №344;
- Стратегия комплексной безопасности детей в Российской Федерации на период до 2030 года, утвержденная Указом Президента Российской Федерации от 17 мая 2023 г. № 358;
- Комплексный план противодействия идеологии терроризма в Российской Федерации на 2024-2028 годы, утвержденный Президентом РФ 30.12.2023 Пр-2610;
- Концепция развития системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 22 марта 2017 г. №520-р (с изменениями, внесенными распоряжением Правительства Российской Федерации от 18 марта 2021 г. № 656-р;
- Концепция развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года, утвержденная Министром просвещения России 18 июня 2024 года №СК-13/07 вн;
- Концепция профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде на период до 2025 год, утвержденная заместителем Министра просвещения 15 июня 2021 года;
- Национальный проект «Образование» (Паспорт национального проекта утвержден президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 24.12.2018 № 16);
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный Приказом Министерства просвещения Российской Федерации (Минпросвещения России) от 31 мая 2021 г. №286;
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный Приказом Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 года № 287;
- Федеральный государственный образовательный стандарт среднего (полного) образования (Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 года №

- 413);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации (Минпросвещения России) от 9 ноября 2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
 - Письмо Минобрнауки России «О повышении воспитательного потенциала образовательного процесса в общеобразовательном учреждении» от 2 апреля 2002 г. №13-51-28/13;
 - Концепция воспитания юных петербуржцев на 2020-2025 годы «Петербургские перспективы», утвержденная Распоряжением Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 16.01.2020 №105-р (в рамках реализации Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года: распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 N996-Р);
 - Комплексный план мероприятий по профилактике правонарушений несовершеннолетних, обучающихся в государственных образовательных учреждениях, находящихся в ведении Комитета по образованию и администраций районов Санкт-Петербурга, на 2024/2025 учебный год, утвержденный распоряжением Комитета по образованию от 21 августа 2024 года №1027-р;
 - План проведения информационно-просветительских мероприятий по формированию правовой культуры и законопослушного поведения среди обучающихся государственных образовательных учреждений, находящихся в ведении Комитета по образованию и администраций районов Санкт-Петербурга, в 2024/2025 учебном году, утвержденный распоряжением Комитета по образованию от 21 августа 2024 года №1029-р;
 - План мероприятий по профилактике суицидального поведения несовершеннолетних, обучающихся в государственных образовательных учреждениях, находящихся в ведении Комитета по образованию и администраций районов Санкт-Петербурга, на 2024/2025 учебный год, утвержденный распоряжением Комитета по образованию от 21 августа 2024 года №1028-р;
 - Комплекс мер по социализации и психологической адаптации несовершеннолетних иностранных граждан, подлежащих обучению по образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего, среднего профессионального образования, на период до 2025 года от 20.06.22 (с изменениями на 15.08.2024);
 - Комплексный план мероприятий, направленных на раннее выявление незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ несовершеннолетними, обучающимися в образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию и администраций районов Санкт-Петербурга, в 2024-2025 учебном году, утвержденный председателем Комитета по образованию 23 августа 2024 года;
 - Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 1 марта 2017 г. № 617-р «Об утверждении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию»;
 - Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28.

Работа по программе строится на представлении о травле или буллинге ребенка в школе. Травля, или буллинг (иногда также используется термин «моббинг»), — это сложный социальный феномен, имевший место, вероятно, на протяжении всего периода существования человека, его жизни в коллективе. Наиболее часто он определяется как систематическое целенаправленное агрессивное поведение при условии неравенства сил или власти участников. Ключевые характеристики — намеренность, регулярность, неравенство силы или власти.

Термин «буллинг» появился в XX веке, но широкое распространение он получил лишь недавно. Публикации на тему школьной травли тоже появились довольно давно (Dukes, 1905), но первыми систематически изучили проблему и внесли наибольший вклад в решение проблемы скандинавские исследователи: шведский школьный врач Петер-Пауль Хайнеманн, норвежский психолог-исследователь Дан Ольвеус, педагог и социолог Эрлинг Георг Руланн, эстонско-шведский когнитивный психолог Анатолий Пикас. В последние годы заметный вклад в исследование и разработку системы профилактики в образовании был сделан финским психологом Кристиной Салмивалли. Особенно значительной была работа Дана Ольвеуса: именно благодаря ему явление буллинга в научной области стало видимым и надолго определило тренд мировой психологии. Профессор проводил исследования в школах Швеции, Норвегии и результаты оказались неутешительными.

В первую очередь благодаря работе скандинавских психологов исследования в области феноменологии и технологий профилактики и прекращения буллинга стали стремительно развиваться во всем мире. Их актуальность остается очень высокой в силу существования тяжелых последствий буллинга у всех участников.

В России темой исследования травли и буллинга занимались в разное время И. С. Кон, С. Н. Ениколопов, В. С. Собкин, С. В. Кривцова, А. А. Бочавер, К. Д. Хломов.

Отличительные особенности программы

Отличительной особенностью дополнительной общеразвивающей программы «БуллиНет: развитие эмпатии и профилактика буллинга в образовательной организации» является её комплексный характер, обеспечивающий реализацию принципа индивидуально-ориентированной психолого-педагогической помощи для всех участников образовательного процесса: обучающихся, их родителей/законных представителей, педагогов.

В основу программы «БуллиНет: развитие эмпатии и профилактика буллинга в образовательной организации» положены принципы неспецифической профилактики всех форм насилия над учащимися в образовательной организации.

Программа состоит из 2-х блоков:

1 блок – работа с обучающимися,

2 блок – работа с родителями/законными представителями и педагогами образовательной организации.

В диагностическом блоке используются анкеты для учащихся, их родителей/законных представителей и педагогов в онлайн-формате для дистанционной диагностики проявлений буллинга.

Уровень освоения программы - общекультурный.

Объем и срок освоения программы. Программа реализуется в течение одного учебного года. Общее количество часов реализации программы – 16 часов.

I БЛОК. РАБОТА С ОБУЧАЮЩИМИСЯ

Цель программы:

Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, профилактика буллинга в подростковых коллективах.

Задачи программы:

1. Обучающие

- 1.1. Информирование подростков о явлении буллинга и связанных с ним проблемах;
- 1.2. Обучение подростков навыкам конструктивного взаимодействия и саморегуляции;
- 1.3. Обучение подростков навыку подчинять свои желания требованиям этической нормы.

2. Развивающие

- 2.1. Развитие коммуникативной компетентности подростков;
- 2.2. Объективизация самооценки;
- 2.3. Развитие ценностных ориентаций.

3. Воспитательные

- 3.1. формирование навыков конструктивного поведения подростков в социуме;
- 3.2. снижение потребности в деструктивном выражении эмоций;
- 3.3. формирования навыков принятия другого человека как полноправной уникальной личности.

Планируемые результаты освоения программы

1. Личностные результаты освоения учащимися программы

- 1.1. Формирование у подростков системы нравственных ценностей, способствующей уменьшению риска асоциального поведения;
- 1.2. Понимание и принятие подростками системы общечеловеческих этических норм поведения;
- 1.3. Приобретение навыков выхода из стрессовых/конфликтных ситуаций;
- 1.4. Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 1.5. Формирование личностной рефлексии
- 1.6. Развитие самостоятельности и ответственности за свои поступки;
- 1.7. Развитие личностных ресурсов, препятствующих формированию самоповреждающих и асоциальных форм поведения.

2. Метапредметные результаты освоения учащимися программы

- 2.1. Формирование готовности конструктивно решать конфликты;
- 2.2. Изменение у подростков представлений, установок относительно собственной социальной роли в коллективе;
- 2.3. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать свои действия
- 2.4. Формирование готовности конструктивно решать конфликты, используя различные стратегии поведения.

3. Предметные результаты освоения учащимися программы

- 3.1. Овладение приемами и способами саморегуляции деятельности;
- 3.2. Формирование навыков распознавания и выражения эмоций;
- 3.3. Формирование системы опорных знаний в области функционирования и развития коллектива.

Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеразвивающей программы

Язык реализации: дополнительная общеразвивающая программа «БуллиНет: развитие эмпатии и профилактика буллинга в образовательной организации» реализуется на русском языке.

Форма обучения: очная.

Особенности реализации дополнительной общеразвивающей программы «БуллиНет: развитие эмпатии и профилактика буллинга в образовательной организации» обусловлены модульным принципом (блоками) представления содержания и построения учебных планов программы.

Выбор блока зависит от адресата работы педагога-психолога.

Блок №1 ориентирован на адресную группу «подростки».

Блок №2 ориентирован на адресную группу «педагоги».

Реализация программы с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий

В целях обеспечения безопасных условий реализации дополнительных общеразвивающих программ ЦППМСП Красносельского района в ситуации осложнения эпидемической обстановки возможна реализация программы с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения. Использование дистанционных образовательных технологий и электронного обучения регулируется Положением об электронном обучении и использовании дистанционных образовательных технологий при реализации дополнительных общеобразовательных программ в

государственном бюджетном учреждении центре психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи Красносельского района Санкт-Петербурга.

Особенности организации образовательного процесса

Реализации основного содержания программы предшествует групповое психодиагностическое обследование, результаты которого анализируются в сравнении с групповым обследованием, проводимым на завершающем этапе реализации программы, для определения результативности групповой коррекционно-развивающей работы по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «БуллиНет: развитие эмпатии и профилактика буллинга в образовательной организации».

Каждое занятие включает

- вводный этап, направленный на снятие психофизиологического напряжения и сплочение группы;
- основную часть, направленную на актуализацию, формирование знаний, умений и навыков, развитие индивидуальных качеств учащихся, на формирование адекватных представлений о правах человека и правилах поведения в различных ситуациях;
- заключительную часть, направленную на рефлекссию, закрепление полученных знаний, умений и навыков.

Режим занятий: занятия проводятся 1 раз в неделю. Продолжительность группового занятия составляет 2 академических часа с перерывом в середине занятия. Во время перерыва проводится подготовка ко второй части занятия: перестановка мебели, подготовка рабочего места к дальнейшей деятельности, мытье рук и т. д. Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения (объем программы) – 16 час.

Условия набора в группы

Группы формируются по запросу образовательной организации в соответствии с ПШк образовательной организации, на базе которой реализуется программа.

Обучающиеся зачисляются в группы на основании письменных заявлений родителей (законных представителей).

Условия формирования групп

Для реализации программы формируются разновозрастные группы. В процессе реализации программы возможен дополнительный набор учащихся, если проведено не более трети занятий, предусмотренных календарно-тематическим планированием.

Количество детей в группе

Списочный состав групп формируется с учетом Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28.

Работа ведётся с группой подростков 11-14 лет численностью 9-12 человек, что обусловлено индивидуально-психологическими особенностями учащихся, включенных в группу (проблемное поведение), а также содержанием и формами групповой работы. Меньшее количество участников нецелесообразно для проведения коммуникативных упражнений; большее количество участников затрудняет обсуждение полученного опыта.

Формы организации занятий: занятия по программе проводятся в групповой форме.

На занятиях используется сочетание следующих форм организации деятельности:

- фронтальная: работа ведущего со всеми учащимися одновременно (беседа, объяснение, инструкция и т.п.);
- коллективная: организация творческого взаимодействия между всеми подростками одновременно (создание коллективного рисунка, «пресс-конференция» и т.п.);
- групповая: выполнение задания в парах, совместный коллаж в малых группах и т.п.);
- индивидуальная: решение логических задач, тематическое рисование и т.п.

Формы проведения занятий

1. Упражнения для разминки. Используются в начале занятий для создания рабочего

- настрою, введения в тему.
2. Упражнения в ходе занятия на расширение спектра представлений о различных понятиях, осознание своей способности оценивать ситуацию, отработка навыков
 3. Дискуссии – обсуждение спорного вопроса, проблемы.
 4. Мини-лекции – один из методов предоставления новой информации и обобщения полученного материала.
 5. Ролевые игры.
 6. Групповые рисунки, коллажи.
 7. Мозговой штурм.

Формы организации деятельности учащихся на занятии

На занятиях используется сочетание следующих форм организации деятельности:

- фронтальная: работа ведущего со всеми учащимися одновременно (беседа, объяснение, инструкция и т.п.);
- коллективная: организация творческого взаимодействия между всеми подростками одновременно (создание коллективного рисунка, «пресс-конференция» и т.п.);
- групповая: выполнение задания в парах, совместный коллаж в малых группах и т.п.);
- индивидуальная: решение логических задач, тематическое рисование и т.п.

Материально-техническое оснащение программы:

Реализация программы осуществляется в помещениях в соответствии с Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28.

Помещение для занятий должно быть:

- достаточно просторным для использования подвижных техник;
- всегда одним и тем же, чтобы не нарушать ощущение безопасности;
- достаточно светлым и проветриваемым;
- не проходным и не просматриваемым для посторонних.
- максимально звукоизолированным, чтобы работе не мешали посторонние звуки.
- оборудованным столами и стульями для коллективной работы, работы в малых группах, индивидуального творчества.

Необходимое оборудование: столы, стулья, доска, проектор и компьютер для демонстрации презентации.

Материалы: ручки, фломастеры, маркеры, карандаши, краски, белая бумага (формат А-4), ватман, цветная бумага, газеты, журналы, скотч, ножницы, клей и т.п.

Кадровое обеспечение программы

Занятия может проводить педагог-психолог/социальный педагог с опытом проведения групповой работы с подростками не менее 1 года. Наиболее эффективной является работа в паре с ассистентом, который направляет обсуждение, организует работу малых групп, моделирует оптимальное выполнение заданий.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«БуллиНет: развитие эмпатии и профилактика буллинга
в образовательной организации»

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение. Знакомство.	2	0,5	1,5	Диагностическое обследование
2.	Я и окружающие.	2	0,5	1,5	Наблюдение. Рефлексия.
3.	Мир эмоций.	2	0,5	1,5	Анализ творческих работ. Рефлексия.
4.	Уверенное поведение.	2	0,5	1,5	Наблюдение. Рефлексия.
5.	Решаем конфликты.	2	0,5	1,5	Наблюдение. Анализ творческих работ.
6.	Саморегуляция .	2	0,5	1,5	Анализ творческих работ. Рефлексия.
7.	Толерантная картина мира.	2	0,5	1,5	Наблюдение. Анализ творческих работ.
8.	Проектирование достижений. Завершение работы.	2	0,5	1,5	Диагностическое обследование
ИТОГО		16	4	12	

Календарный учебный график

дополнительной общеразвивающей программы
«БуллиНет: развитие эмпатии и профилактика буллинга
в образовательной организации»

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Кол-во учебных дней	Количество учебных часов по программе	Режим занятий
2024-2025 учебный год	В соответствии с рабочей программой	В соответствии с рабочей программой	16	16	1 раз в неделю