

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар
средняя общеобразовательная школа №50 имени Нины Фурсовой**

ПРИНЯТО

решением педагогического совета

МАОУ СОШ № 50

«21» 30.08.2023 года

УТВЕРЖДЕНО

Директор МАОУ СОШ № 50

_____ В.А.Васева

«_____» _____

**Программа профилактики буллинга
для обучающихся в МАОУ СОШ №50**

Краснодар

2023

Содержание

1. Пояснительная записка	3
1.1 Актуальность	3
1.2 Цели и задачи программы	5
1.3 Планируемые результаты	5
1.4 Нормативно-правовое основание программы	6
1.5 Принципы программы	6
1.6 Характеристика программы	7
2. Комплексный план мероприятий по профилактике явлений буллинга в МАОУ СОШ №50	9
3. Содержание программы	14
4. Тематическое планирование	15
Заключение	17
Список литературы	19
Рекомендуемая литература	21

1. Пояснительная записка

1.1 Актуальность

Актуальность данной темы состоит в том, что практически в каждом классе есть дети, которые являются объектами насмешек, а иногда и открытых издевательств со стороны некоторых, а иногда и всех учеников класса. Однако именно в последние 30 лет психологи и педагоги бьют тревогу – настолько частым, жестоко проявляемым и приводящим к тяжелым последствиям становится это явление. Школьная травля стала еще более травматичной, циничной, жестокой из-за того, что ее сцены теперь легко записываются на видео и распространяются по школе или в Интернете.

В современных условиях педагоги и психологи все чаще обращаются к вопросам толерантности и противостояния агрессии. Особенную актуальность эти вопросы приобретают в подростковом возрасте в силу его изначальной кризисности, отсутствия стабильности и чувства защищенности. Крайне актуальным становится вопрос о психологической безопасности образовательной среды и профилактики негативных явления.

Англоязычное слово «**буллинг**» (bullying) становится в последнее время общепринятым для обозначения школьной травли и обозначает травлю, повторяющуюся агрессию по отношению к определенному субъекту, включающую в себя принуждение и запугивание. Однако это явление имеет много «лиц». Так, **моббинг, буллинг, хейзинг, кибермоббинг и кибербуллинг**

– англоязычные названия разновидностей этого опасного явления. И для того, чтобы определить направления профилактической работы, субъекты воздействия, необходимо дифференцировать вышеуказанные понятия.

Моббинг (англ. mob – толпа) – это форма психологического насилия в виде массовой травли человека в коллективе.

Школьный моббинг – это разновидность эмоционального насилия в школе, когда класс или большая часть класса ополчается на кого-то одного и начинает его травить с какой-либо целью. Тех, кто травит, называют мобберами, а тех, кого травят, — «жертвами».

Моббинг – это своего рода «психологический террор», включающий систематически повторяющееся враждебное и неэтичное отношение одних людей, направленное против других, в основном одного человека. Например, моббинг против «новичка». Формы моббинга: насмешки над физическими недостатками, изоляция, отвержение, подраивание, толкание, высмеивание

одежды и т.д.

Буллинг (англ. bullying, от bully — хулиган, драчун, задира, грубиян, насильник) — это систематическое, регулярно повторяющееся насилие, травля со стороны одного школьника или группы школьников в отношении отдельного школьника, который не может себя защитить.

По сути **моббинг** и **буллинг** схожие понятия — это травля. В то же время **буллинг** отличается от **моббинга** тем, что в роли преследователя выступает не весь класс, а конкретный ученик или группа учеников, которые имеют авторитет.

Хейзинг (англ. hazing) — неформальные ритуальные насильственные обряды, исполняемые при вступлении в определенную группу, и для дальнейшего поддержания иерархии в этой группе. В большей степени хейзинг характерен для закрытых (военизированных, спортивных, интернатных, и др.) учреждений.

Хейзинг – это неуставные отношения в коллективе, например, известная у нас «дедовщина».

Хейзинг встречается и в обычных образовательных учреждениях, особенно, если при них есть общежития. Новичкам одноклассники или учащиеся более старших классов (курсов) навязывают унижающие достоинство различные действия, например, публично пройтись раздетым, вымыть пол в туалете зубной щеткой и т.д.

В последнее время к формам психологического давления, присущего традиционной травле, добавились возможности всемирной паутины — **кибермоббинг и кибербуллинг**.

Кибермоббинг и кибербуллинг – интернет-травля — это намеренные оскорбления, угрозы, сообщение другим компрометирующих данных с помощью современных средств коммуникации: компьютеров, мобильных телефонов, электронной почты, Интернета, социальных сетей, блогов, чатов и т.д.

Интернет-травля может осуществляться также через показ и отправку резких, грубых или жестоких текстовых сообщений, передразнивание жертвы в режиме онлайн, размещение в открытом доступе личной информации, фото или видео с целью причинения вреда или смущения жертвы; создание фальшивой учетной записи в социальных сетях, электронной почты, веб-страницы для преследования и издевательств над другими от имени жертвы и т.д. Интернет-травля отличается от других видов насилия тем, что позволяет обидчику сохранить анонимность и вероятность быть непойманным.

Выделяют следующие **типы буллинга**:

- прямой (и физический, и вербальный);

- косвенный (социальная депривация, сплетни, заговоры и т. п.).

В буллинговой ситуации реализуются несколько видов поведения: агрессивное, виктимное и конформное. Булли (обидчик, агрессор) стремится достичь высокого статуса в классе, самоутвердиться за счет более слабого одноклассника, для этого он использует агрессивное поведение. Целью жертвы травли является избегание насилия, сохранение социального статуса

— комфортного и естественного для личности подростка. Жертва буллинга проявляет виктимное поведение. Свидетели травли, «проявляя конформное поведение, подкрепляют и стимулируют осуществление насильственных действий со стороны агрессоров по отношению к жертве».

1.2 Цели и задачи программы

Цель программы: создание условий для профилактики и предупреждение буллинга среди учащихся подросткового возраста в условиях общеобразовательной школы.

Задачи:

1. Расширять способы конструктивного взаимодействия в конфликтных ситуациях;
2. Оптимизировать межличностные и межгрупповые отношения в классном коллективе;
3. Обучать навыкам самоконтроля;
4. Развивать способность понимать и принимать особенности другого человека;
5. Способствовать развитию позитивного восприятия себя и другого человека.

1.3 Планируемые результаты

1. Расширение конструктивных способов взаимодействия с окружающими.
2. Владение навыками самоконтроля.
3. Признание других людей такими, какие они есть.
4. Ответственное отношение за принятие решений и свои действия.
5. Оптимизация межличностных и межгрупповых отношений в классном коллективе.
6. Знание способов конструктивного взаимодействия и использование их в практической деятельности.
7. Владение приёмами снятия психоэмоционального напряжения.

8. Понимание эмоционального состояние другого человека, отличие от своих чувств.

9. Появление признаков ответственного поведения в конфликтных ситуациях.

10. Сформированность умения адекватно выражать свои чувства, противостоять давлению и манипуляциям со стороны других людей.

1.4 Нормативно-правовое основание программы.

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

2. ФГОС среднего (полного) общего образования к результатам освоения обучающимися основной образовательной программы.

3. Профессиональный стандарт педагога, утвержденный 18 октября 2013 года, при реализации программ основного и среднего общего образования.

4. Профессиональный стандарт педагога-психолога.

5. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года.

6. Методические рекомендации по созданию и развитию служб примирения в образовательных организациях, разосланные письмом МИНОБРНАУКИ РФ

№07-4317 от 18.12.2015.

7. Распоряжение Правительства РФ от 22.03.2017 N 520-р «Об утверждении Концепции развития системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних на период до 2020 года».

1.5 Принципы программы

- Принцип системности — программа будет реализовываться во всех направления работы

- Принцип комплексности — согласованное взаимодействие всех субъектов образовательного процесса

- Принцип структурированности- логически выстроенная работа специалистов во времени

- Принцип адресности — дифференциация целей, задач, методов и форм работы с учетом возраста детей

- Принцип позитивности информации

- Принцип непрерывности – программа рассчитана на 6 месяцев

- Принцип устремленности в будущее – действие в зоне на опережение
- Принцип гуманности — соблюдение прав и интересов ребёнка, а также уважительное отношение к его личности.
- Принцип профессионализма — психолог четко определяет и учитывает границы собственной компетентности. Психолог несет ответственность за выбор процедуры и методов работы.

Структура занятий включает в себя обязательный ритуал приветствия, разминку и основное упражнение. Разминки и ритуалы приветствия и прощания выбираются в зависимости от состояния группы и приоритетов ведущего. В конце каждого занятия обязательно проводится рефлексия и саморефлексия (при необходимости рефлексия проводится после или в процессе выполнения упражнения).

Последствия буллинга могут быть различными: от не успешности в учебной деятельности и в жизни до самоубийства жертвы. Кроме того, буллинг зачастую это скрытый процесс и для его предотвращения, разрешения конфликта и устранения последствий необходимо слаженное взаимодействие окружения ребенка и всех вовлеченных в образовательную деятельность лиц.

1.6 Характеристика программы

Реализация программы включает 4 этапа, содержащих различные виды деятельности:

- 1) Подготовительный (формулируется запрос на работу с подростками, встреча с родителями, получение разрешения на диагностическую и групповую работу, формируется группа).
- 2) Диагностический, занимает одно занятие в начале и в конце проведения программы. Полученные данные фиксируются и анализируются; определяются школьники «группы риска», нуждающиеся в дополнительных индивидуальных коррекционно-развивающих занятиях по развитию навыков асертивного поведения.
- 3) Этап групповой работы, который реализуется в форме практических занятий.
- 4) Повторная диагностическая работа (этот этап предполагает проведение тех же диагностических процедур, что и на первом этапе с целью отслеживания эффективности групповой работы. Так же, как и в первом обследовании, этот этап занимает одно занятие).

Методическое обеспечение программы

Диагностический материал:

1. Опросник агрессивности Басса - Дарки (англ. Buss - Durkee Hostility Inventory, сокр. BDHI) предназначен для выявления уровня агрессивности респондентов. Опросник состоит из 75 утверждений. На русском языке стандартизирован А.А. Хваном, Ю.А. Зайцевым и Ю.А. Кузнецовой в 2005 году. А. Басс, воспринявший ряд положений своих предшественников, разделил понятия агрессии и враждебность и определил последнюю как: «...реакцию, развивающую негативные чувства и негативные оценки людей и событий».

2. Опросник «Шкала эмоционального отклика» А. Меграбяна и Н. Эпштейна. Методика «Шкала эмоционального отклика» позволяет проанализировать общие эмпатические тенденции испытуемого, такие ее параметры, как уровень выраженности способности к эмоциональному отклику на переживания другого и степень соответствия/несоответствия знака переживаний объекта и субъекта эмпатии. Объектами эмпатии выступают социальные ситуации и люди, которым испытуемый мог сопереживать в повседневной жизни.

3. Тест "Описание поведения в конфликте К. Томаса", (адаптация Н.В. Гришиной) Шкалы: типы поведения в конфликтной ситуации соперничество, приспособление, компромисс, избегание, сотрудничество интересы обеих сторон. В опроснике по выявлению типичных форм поведения К. Томас описывает каждый из пяти перечисленных возможных вариантов 12 суждениями о поведении индивида в конфликтной ситуации. В различных сочетаниях они сгруппированы в 30 пар.

4. Методика «Социометрия» Дж. Морено используется для диагностики межличностных и межгрупповых отношений у учеников 2-11 классов.

5. Анкета, направленная на выявление «буллинга».

Представленная программа включает 14 тем, раскрытие которых может занимать одно или несколько занятий, периодичность проведения 1 – раз в неделю, всего 29 часов.

2. Комплексный план мероприятий по профилактике явлений буллинга в МАОУ СОШ №50

№ п/п	Наименование мероприятия	Сроки, форма	Ответственный
<i>I. Нормативно-правовое обеспечение деятельности МАОУ СОШ №50» по профилактике буллинга</i>			
1.	Утверждение программы профилактики буллинга	Август Программа антибуллинговой политики.	Педагог-психолог Соц. педагог Зам. директора
2.	Разработка комплексного плана мероприятий по профилактике и предотвращению буллинга	Сентябрь	Педагог-психолог Соц. педагог Зам. директора
3.	Формирование банка методических материалов по профилактике и предотвращению буллинга (рекомендации для педагогов и родителей, классные часы, беседы, тренинги и пр.) в рамках реализуемого плана мероприятий	В течении года	Педагог-психолог Соц. педагог
4.	Изучение нормативно-правовых документов по профилактике явлений буллинга в образовательной среде	В течении года	Педагог-психолог Соц. педагог
<i>II. Организационно-педагогическая и методическая работа с педагогическим коллективом</i>			
5.	<i>Подготовка информационного материала по профилактике детского насилия и буллинга</i>	Август Сентябрь	Педагог-психолог Соц. педагог
6.	<i>Подготовка раздаточных материалов для всех субъектов образовательных отношений (обучающихся, педагогов, родителей) по проблеме буллинга; (памятки, буклеты</i>	В течении года	Педагог-психолог Соц. педагог Классные руководители
7.	<i>Проведение общешкольных профилактических недель:</i> <ul style="list-style-type: none"> • «Безопасность в сети интернет». • «Единство 	В течении года	Педагог-психолог Соц. педагог

	<p><i>многообразия»(неделя толерантности).</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>«Права человека» (неделя равноправия)</i> • <i>Разноцветная неделя</i> 		
8.	Пополнение методической копилки новыми формами работы по профилактике и предотвращению буллинга	В течении года	Педагог-психолог Соц. педагог Классные руководители
9.	Групповые консультации по проблемным ситуациям: · Насилие в образовательной среде: что противопоставить жестокости и агрессии? · Буллинг или как не стать жертвой? · Детский буллинг . Как защитить ребенка от травли?	В течении года	Педагог-психолог Соц. педагог Классные руководители
10.	Индивидуальные консультации педагогов и родителей по профилактике конфликтных ситуаций в детском коллективе, в общении, по вопросам оказания поддержки неуверенным, отвергнутым детям, создание ситуации успеха	В течении года	Педагог-психолог Соц. педагог Классные руководители
III. Работа с родителями обучающихся			
11.	Деятельность Совета профилактики МАОУ СОШ №50	В течении года	Зам. директора Социальный педагог Педагог- психолог Классный руководитель
12.	Родительские собрания в группах: · О правах ребенка на защиту от любой формы насилия. · Как предотвратить и преодолеть буллинг ?	В течении года	Социальный педагог Классные руководители
13.	Оформление стендовой информации Устный журнал на тему:	В течении года	Социальный педагог Педагоги-психологи

	<ul style="list-style-type: none"> · Буллинг – это не детская шалость. · Невидимый буллинг. · Психологический дискомфорт обучающихся в образовательной среде: причины, проявления, последствия и профилактика · Буллинг, изгои, отверженные – одна проблема? 		
14.	Индивидуальные консультации педагога-психолога по профилактике конфликтных ситуаций в детском коллективе, в общении, по вопросам оказания поддержки неуверенным, отвергнутым детям, создание ситуации успеха	По запросу	Педагоги-психологи
15.	Психологическая диагностика в контексте проблемы буллинга: <ul style="list-style-type: none"> · Анкетирование «Оценка уровня удовлетворительности образовательной средой в МАОУ СОШ №50 	Октябрь	Педагог-психолог Классные руководители
IV. Информационное, организационно-кадровое и психолого-педагогическое обеспечение профилактики и предотвращения буллинга обучающихся			
16.	Информационные часы, беседы (примерная тематика). 7-11 лет: <ul style="list-style-type: none"> · Законы сохранения доброты. · Я не дам себя обижать. · Наш Центр живет без насилия. · Давайте жить дружно! · Мы против насилия. Как защитить себя? · Будем добрыми. · Как я отношусь к насилию. · Как научиться жить без драки. 12-15 лет: <ul style="list-style-type: none"> · Бояться страшно. Действовать не страшно. · О правилах поведения и безопасности на улице. · Буллинг как стадный допинг. · Безопасное поведение. · Что такое агрессия? · Добро против насилия. · Как не стать жертвой насилия. · Способы решения конфликтов с ровесниками. 	В течении года	Социальный педагог Педагоги-психологи Классные руководители

	<ul style="list-style-type: none"> · 16-18 лет: · Навыки саморегуляции. · Воспитание характера. · Предупреждение насилия и жестокости в жизни. · Как бороться с конфликтами. · Нравственный закон внутри каждого. · Моя жизненная позиция 		
17.	<p><i>Просмотр и обсуждение художественных фильмов:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> · «Чучело» (1983 г.). · «Класс» (2007 г.). · «Розыгрыш» (2008 г.). · «Школа» (телесериал, 2010 г.) 	В течении года	Классные руководители
18.	<p><i>Читательские конференции</i> по книгам, раскрывающим проблему буллинга:</p> <ul style="list-style-type: none"> · В.К. Железняков «Чучело». · Хосе Тассиес «Украденные имена». · В.Н. Ватан «Заморыш». · Е.В. Мурашов «Класс коррекции». · Стивен Кинг «Кэрри». · Алексей Сережкин «Ученик». · Андрей Богословский «Верочка». · Джоди Пиколт «Девятнадцать минут» 	В течении года	Классные руководители

19.	<p>Психологическая диагностика (наблюдение, анкетирование, тестирование) в контексте проблемы буллинга:</p> <ul style="list-style-type: none"> · выявление детей, склонных к проявлению жестокости к другим обучающимся; · взаимоотношения в группе; · изучение личностного развития обучающихся с целью профилактики нарушений в развитии личности (толерантность, самооценка и уровень притязаний, тревожности, мотивации) 	В течении года	Педагоги-психологи
20.	<p>Цикл развивающих занятий по формированию навыков межличностного общения:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Стиль поведения. Умеем ли мы общаться? · Профилактика насилия в подростковом сообществе · Стратегии безопасного поведения · Недопустимость насилия и жестокости в обращении со сверстниками 	По запросу	Педагоги-психологи
21.	<p>Конкурсы:</p> <ul style="list-style-type: none"> · плакатов «Мы против буллинга!» · рисунков «Территория детства» · творческих поделок «Гармония – в цвете, гармония – в душе, гармония – в жизни» · презентаций «Стоп насилию!» · сочинений, эссе «Дружба – главное чудо» 	В течении года, в рамках профилактических недель	Педагог-психолог Классный руководитель

3. Содержание программы

№	Наименование блоков (разделов)	Всего часов	Теоретических	Практических	Форма контроля
1.	«Знакомство. Первичная диагностика»	2,5	0,5	2	Анкеты, опросники, заключения
2.	«На страже своих границ»	2		2	Рефлексия, наблюдение.
3.	«Есть ли шанс у белой вороны?»	2		2	Рефлексия, наблюдение.
4.	«Мир чувств и эмоций»	2	0,5	1,5	Рефлексия, наблюдение
5.	«Агрессия может быть конструктивной»	2	0,5	1,5	Рефлексия, наблюдение.
6.	«Почему мы конфликтуем?»	2		2	Рефлексия, наблюдение.
7.	«Общение и его роль в трудных жизненных ситуациях»	2	0,5	1,5	Рефлексия, наблюдение
8.	«Эффективная коммуникация. Ассертивное поведение»	2		2	Рефлексия, наблюдение
9.	«Возведем мосты, разрушим стены»	2		2	Рефлексия, наблюдение листы явки
10.	«Гармония с собой»	2		2	Рефлексия,наблюдение.
11.	«Наши ценности и традиции»	2		2	Рефлексия, наблюдение.
12.	«Дверь в человеческие отношения открывается на себя»	2		2	Рефлексия, наблюдение
13.	«Когда не нужны	2		2	Рефлексия,

	комментарии»				наблюдение
14.	«Подведение итогов: Заключительная диагностика»	2,5		2,5	Анкеты, опросники, заклучения
Ито го:		29	2	27	

4. Тематической планирование

№ ПП	Тема занятия	Основные узловые моменты
1.	«Знакомство. Первичная диагностика»	Знакомство участников друг с другом, создание благоприятных условий для работы группы, принятие правил в группе.
2.	«На страже своих границ»	Границы личного пространства. О физическом и других видах насилия. Способы защиты, специалисты, к которым можно обратиться за помощью.
3.	«Есть ли шанс у белой вороны?»	Понятие «буллинг», «жертва». Причины и последствия буллинга. Действия в ситуации буллинга. Виктимное поведение при переживании трудных ситуаций.
4.	«Мир чувств и эмоций»	Раскрытие понятий «чувство», «эмоция». Идентификация чувств. Способы выражения эмоций безопасным, социально-приемлемым способом.
5.	«Агрессия может быть конструктивной»	Познакомить с понятием «агрессивное поведение», обучение навыкам распознавания и преодоления собственной агрессивности. Отработка приемов неагрессивного ответа на давление, словесную агрессию.
6.	«Почему мы конфликтуем?»	Введение понятия конфликт. Причины и виды конфликтов. Собственная модель поведения в конфликте.

7.	«Общение и его роль в трудных жизненных ситуациях.»	Понятие общения. Основные формы общения. Барьеры в общении. Получение опорных пунктов конструктивного общения через упражнения. Правила бесконфликтного общения в команде. Техники успешного поведения в трудных жизненных ситуациях.
8.	«Эффективная коммуникация. Ассертивное поведение»	Понятие «эффективная коммуникация» и «ассертивное поведение». Способы эффективной коммуникации: использование «Я-высказывания». Методы ассертивного противостояния негативному давлению.
9.	«Возведем мосты,разрушим стены»	Понятие уверенного поведения. Отличия уверенного, неуверенного и агрессивного поведения. Отработка навыков уверенного поведения, коммуникативных навыков.
10.	«Гармония с собой»	Средства и методы саморегуляции. Способы релаксации. Определение своих лучших качеств, использование их в качестве ресурса в преодолении трудных ситуаций.
11.	«Наши ценности и традиции»	Понятие «ценности», «традиции». Истории собственной семьи и истории семей своих сверстников.
12.	«Дверь в человеческие отношения открывается на себя»	Понятие эмпатии. Способы самопознания. Повышение самопонимания на основе своих положительных качеств.
13.	«Когда не нужны понятие «рефлексия», «обратная связь».	Виды и способы рефлексии и обратной связи.
14.	«Подведение итогов: Заключительная диагностика.»	Подведение итогов: какую пользу принес занятия, анализ полученного опыта групповой и индивидуальной работы.

Заключение

Предупреждение буллинга и других его проявлений в образовательной среде требует комплексного, систематического подхода к рассмотрению данной проблемы и реализации определенных профилактических мероприятий.

Буллинг – это сложноорганизованное явление, представленное целой совокупностью форм его проявления, что составляет основу для многоплановой разработки мероприятий. Знание основных личностных особенностей, возрастных характеристик участников буллинга позволяет выявить конкретные формы взаимодействия с ними, разработать тактику профилактической работы. Индивидуальная работа с учащимися должна быть организована на основании изученных особенностей поведения подростков в целом, их индивидуальных качеств и возможных психоповеденческих отклонений.

Профилактическая работа с данной проблемой должна начинаться с выявления причин и последствий буллинга в конкретной образовательной среде, так как они имеют четкую взаимосвязь и составляют совокупность асоциальных факторов девиации подростков. Самой распространенной причиной являются конфликтогенность в ученическом коллективе, а также отсутствие надлежащего контроля за ситуацией в группе со стороны педагога, в связи, с чем подростки лишаются возможности развиваться физически и нравственно в психологически благоприятных условиях.

Реализация программы профилактики буллинга должна осуществляться группой специалистов, профилактическая деятельность которых разграничена и определена в соответствии со спецификой деятельности каждого из них.

В настоящее время проблема буллинга еще недостаточно проработана как отечественными исследователями, так и на законодательном уровне. Однако, данное явление существует в образовательной среде и требует разработки и реализации предупредительных мер. Необходим комплекс мероприятий, который будет направлен, прежде всего, на проработку системы отношений в детском коллективе, с учетом особенностей членов группы, на индивидуальную работу с каждым участником, а также на просвещение всех субъектов образовательных отношений (администрации, педагогического коллектива, родителей и учащихся) в рамках настоящей проблемы и в области разработки направлений профилактики буллинга.

Главным принципом как в проведении профилактической работы в рамках проблемы буллинга, так и в отношениях, в общении на разных уровнях должен стать «Не навреди!».

Очень точно отражает последствия буллинга следующая притча:

К Учителю подходит ученик и говорит: «Учитель, мне очень тяжело живётся, потому что меня обижают люди. И я подолгу обижаюсь на людей. Что мне делать?» Учитель дал ему мешочек с гвоздями и сказал: «Каждый раз, когда ты будешь обижаться, ты должен забивать один гвоздь в стену».

В первый день в стену было вбито 26 гвоздей. На другой неделе мальчик научился сдерживать свой гнев, и с каждым днём число забиваемых в стену гвоздей стало уменьшаться. Мальчик понял, что легче контролировать свой

темперамент, чем вбивать гвозди. Наконец пришёл день, когда мальчик ни разу не потерял самообладания. Он рассказал об этом своему Учителю и тот сказал: «Каждый день, когда тебе удастся сдержаться, ты можешь вытащить из стены один гвоздь».

Шло время, и пришёл день, когда мальчик мог сообщить Учителю о том, что в стене не осталось ни одного гвоздя. Тогда Учитель взял его за руку и подвел к стене: «Ты неплохо справился, но ты видишь, сколько в стене дыр? Она уже никогда не будет такой как прежде. Когда говоришь человеку что-нибудь злое, у него остается такой же шрам, как и эти дыры. И не важно, сколько раз после этого ты извинишься - шрам останется. Словесный шрам такой же болезненный, как и физический».

«А что же мне делать с отверстиями в стене, которые остались после гвоздей?», - спрашивает ученик. Учитель ответил: «А вот с ними тебе придётся жить всю жизнь».

Феномен буллинга присутствует в повседневной жизни. Мы сталкиваемся с ним не только в образовательном учреждении, но и во взрослой жизни. Злоба, зависть, ненависть, раздражение всегда способствуют возникновению буллинговых ситуаций. Поэтому нам всем необходимо научиться противостоять моральному и физическому давлению, чтобы не оставалось «шрамов после гвоздей».

Список литературы

1. Абраменкова, В. В. Методология и принципы анализа отношений ребенка в социальной психологии детства / В. В. Абраменкова // Психологическая наука и образование. - 2001. - № 4 - С. 48–60.
2. Алексеева, Н. С. Насилие и психическое здоровье детей / Н. С. Алексеева // Семья в России. - 2006. - № 2 - С. 73–80.
3. Анцупов, А. Я. Профилактика конфликтов в школьном коллективе / А. Я. Анцупов - М.: изд; центр ВЛАДОС, 2003.- 208 с.
4. Баева, И. А. Психологическая характеристика образовательной среды: диагностика и оценка / И. А. Баева // Известия российского государственного университета им. А. И. Герцена. - 2002. Т. 2, № 3. С. 16–23
5. Бердышев, И. С., Медико-психологические последствия жестокого обращения в детской среде. Вопросы диагностики и профилактики: практическое пособие для врачей и социальных работников / Нечаева М. Г. - Санкт-Петербургское государственное учреждение социальной помощи семьям и детям «Региональный центр «Семья», 2005.
6. Вачков, И.В. Групповые методы в работе школьного психолога / Вачков И.В. СПб.: – М.: Ось -89, 2002.- 315с.
7. Гутгенбюль, А. Зловещее очарование насилия. Профилактика детской агрессивности и жестокости и борьба с ними / Гутгенбюль А. СПб.: Акад. проект, 2000.
8. Емельянова Е. В. Психологические проблемы современного подростка и их решение в тренинге. - СПб.: Речь, 2008. - 336 с.
9. Кон, И. С. Что такое буллинг и как с ним бороться / Кон И. С. 2006.; То же [Электронный ресурс]. — Режим доступа :URL : [http :/ /sexology .na rod . ru/info178.html](http://sexology.na.rod.ru/info178.html)
10. Кипнис, М. Тренинг коммуникации.- 2-е изд., стер. / Кипнис М. // – М.: Ось-89, 2006. -128 с.
11. Кривцова, С.В. Буллинг — вызов школе как организации: Образовательная политика / Кривцова С. В.- 2011. № 5 (55). С. 36–42.

12. Левашова, С.А. Психолог и подросток: коммуникативно-двигательный тренинг /Левашова С.А. // – Ярославль: Академия развития: Академия Холдинг, 2002. – 160 с
13. Лэйн, Д. А. Школьная травля (буллинг): Детская и подростковая психотерапия / под ред. Д. Лэйна и Э. Миллера. - СПб., 2001

Рекомендуемая литература

1. Аверьянов А.И. Буллинг как вызов современной школе // Педагогика, психология и социология. – 2013. – № 18. – С. 45-50.
2. Алексеева И.А., Новосельский И.Г. Жестокое обращение с ребенком. Причины. Последствия. Помощь. - М.: Генезис, 2006. - 256 с.
3. Бердышев, И.С. Лекарство против ненависти // Первое сентября – 2005. – № 18. – С. 3.
4. Бочавер А.А., Хломов К.Д. Буллинг как объект исследований и культурный феномен // Психология. Журнал Высшей школы экономики, 2013. – Т. 10. – № 3. – С. 149-159.
5. Вишневская В.И., Бутовская М.Л. Феномен школьной травли: агрессоры и жертвы в российской школе // Этнографическое обозрение. – 2010. – №2. – С. 55-68.
6. Гребенкин Е.В. Профилактика агрессии и насилия в школе. – Р-н/Д: Феникс. 2006. – 157 с.
7. Глазман О. Л. Психологические особенности участников буллинга //Известия Российского гос. пед. ун-та имени А.И. Герцена. - 2009. - № 105. - С. 159-165.
8. Кон И.С. Что такое буллинг, как с ним бороться? [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://www.sexology.narod.ru/info18.html>. (дата обращения: 06.06.2016)
9. Кривцова С.В. Буллинг в школе vs сплоченность равнодушных. Организационная культура ОУ для решения проблем дисциплины и противостояния насилию. - М.: Федеральный институт развития образования, 2011. - 120 с.
10. Кутузова Д.А. Травля в школе: что это такое и что можно с этим делать // Журнал практического психолога. Вып.1. 2007. С. 72—90.
11. Лаптева В.Ю. Психологические особенности подростков с разным уровнем защищенности от психологического насилия в образовательной среде: автореф.

дис. . канд. психол. наук. СПб, 2010. 26 с.

12. Лэйн Д. А. Школьная травля (буллинг) // Детская и подростковая психотерапия / под ред. Д. Лэйна и Э. Миллера. - СПб: Питер, 2001. С. 240-276.

13. Маланцева, О.Д. «Буллинг» в школе. Что мы можем сделать? // Социальная педагогика. – 2007. – № 4. – С. 90–92.

14. Методические рекомендации по предотвращению буллинга (травли среди сверстников) в детских коллективах/Сост. А.Е. Довиденко и др. – Екатеринбург: «Семья детям», 2014. - 29 с.

15. Мерцалова Т. Насилие в школе: что противопоставить жестокости и агрессии? // Директор школы. 2000. – № 3. – С. 25–32.

16. Ожиёва Е.Н. Буллинг как разновидность насилия. Школьный буллинг [Электронный ресурс] // Психологи и социология. 2008. №5. Режим доступа: http://www.rusnauka.com/33_NIEK_2008/Psihologia/37294.doc.htm (дата обращения: 03.06.2016)

17. Петросянц В.Р. Психологические характеристики старшеклассников — участников буллинга в образовательной среде // Эмиссия. Электронный научный журнал. 2010. – URL: <http://www.emissia.org/offline/2010/1479.htm>

18. Попова Е. И., Пчелинцева И. В. Специфика жестокого обращения с детьми в школьной среде // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2014. – № 6 (июнь). – С. 106–110. – URL: <http://e-koncept.ru/2014/14158.htm>.

19. Практическая психология образования/Под ред. И.В. Дубровиной. – М.: «Академия», 2000. - 528 с.

20. Предотвращение насилия в образовательных учреждениях. Методическое пособие для педагогических работников /Л.А. Глазырина, М.А. Костенко; под ред. Т.А. Епояна. - М.: БЭСТ-принт, 2015. - 144 с.

21. Руланн Э.Г. Как остановить травлю в школе. Психология моббинга. – М.: Генезис, 2012.

— 264 с.

22. Сафонова Т.Я., Цымбал Е.И. Жестокое обращение с детьми - М.: Психология и педагогика, 1993г.