МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗВОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

СРЕДНЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №67

г.ИРКУТСКА

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ №67

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.В. Ткачева

Приказ № 199-2 от 30.05.2022

**Рабочая программа**

**«Профилактика и коррекция агрессивного поведения с детьми группы риска»**

**Составители:**

Педагог-психолог:

Горячкина М.В.

Социальный-педагог:

Степанова Е.Ю.

Иркутск 2022 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

***Актуальность*** программы обусловлена тем, что обучающиеся стали выражать враждебность,  взрывы ярости, гнева,  крики, угрозы, запугивания, травлю (буллинге), травлю в интернет-пространстве (кибер-буллинге), оскорбления, распространять сплетни, неприятные шутки, использовать физическую силу против другого человека.

Агрессивные действия  обучающихся, имеющие асоциальный характер, наносят психологическую травму человеку, подвергнувшемуся агрессии, создают неблагоприятную атмосферу в школе, негативно влияют на психологический климат в школе, взаимоотношения в школьном сообществе,  дестабилизируют обстановку  и образовательный процесс в школе.

Подобная ситуация требует активизации работы по профилактике агрессивного поведения обучающихся, реализации эффективных   превентивно-профилактических  и коррекционных мер, которые педагоги   в сотрудничестве с другими субъектами воспитания и профилактики  социума, призваны предпринимать.

**Программа  состоит блока**: коррекционно-профилактической работы с субъектами образовательных отношений,  сопровождающей решение проблемы в  ситуации, которая  сформировалась и  требует немедленной работы по коррекции агрессивных проявлений.

Особенность содержания программы состоит в том, что в ней

– определены воспитательные, образовательные, социально-педагогические,  психолого-педагогические  задачи педагогов  в контексте   профилактической работы  в образовательной организации;

–предложена  совокупность превентивных и коррекционных  мер, направленных на предупреждение  агрессивного поведения обучающихся и  педагогическую коррекции агрессивного поведения в образовательной среде;

Программа рассчитана на июнь 2022 г.

**Нормативно-правовые документы**

* Конвенция ООН о правах ребенка.
* Конституция РФ;
* Закон РФ "Об образовании 273-ФЗ»;
* Закон РФ "Об основных гарантиях прав ребенка" от 24.07. 1998г. № 124 Ф-3 (изменения и дополнения от 20.07.2000г.)
* Семейный кодекс РФ от 29.12.1995 года № 223-ФЗ (изменения 02.01.2000 г.)
* Закон РФ «Об основах профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» от 24.01.1999 г. № 120-ФЗ.
* Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.1998 г. (с изменениями и дополнениями, вступившими в силу с 01.09.2012 г.)
* Методические рекомендации по психолого-педагогическому сопровождению учащихся в учебно-воспитательном процессе в условиях модернизации образования;
* Этический кодекс педагога-психолога службы практической психологии образования России (принят на Всероссийском съезде практических психологов образования, май 2003г., г. Москва)
* Письмо Минобрнауки России от 10.02.2015г. №ВК – 268/07 «О совершенствовании деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» (вместе с «Рекомендациями Министерства образования и науки Российской Федерации органов государственной власти субъектов Российской Федерации в сфере образования по совершенствованию деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи).

**Основные понятия**

*Агрессивность* - готовность к агрессивному поведению (состояние непосредственно перед или во время агрессивного действия). Большинство исследований сводятся к тому, что каждой личности присуща определенная степень агрессивности в связи с тем, что агрессивность – неотъемлемая характеристика активности и адаптации человека, которая способствует выживанию.

*Агрессивные действия* - ситуативная реакция агрессивности. Средство достижения целей, способ психической разрядки, переключение деятельности, форма самореализации и самоутверждения.

*Агрессивное поведение* - в ситуациях повторяемых агрессивных действий говорят об агрессивном поведении или агрессии.

*Агрессия* - поведение или действие, которое противоречит нормам и правилам в обществе, направленное на нанесение психологического или физического вреда, может носить оборонительный характер, может быть формой реакции на психологический или физический дискомфорт (стрессы, тревог, собственного статуса за счет самоутверждения).

*Аутоагрессия* - агрессия, направленная на самого себя.Проявляется через суицидальные попытки и самоповреждение.

*Буллинг* - физическое и (или) психологическое насилие (сознательно планируемое и продолжительное по времени), которое требует вмешательство третьих лиц (руководители организации, педагогов, др. работников, обучающихся, родителей, а иногда и представителей правоохранительных органов). Буллинг не происходит между двумя учениками с одинаковыми физическими возможностями в игровой или дружественной формах. Жертва буллинга преследуется с целью вызвать страх, деморализовать, подчинить, унизить. Б. является групповым процессом, затрагивает не только обидчика и пострадавшего, но также свидетелей насилия, группу (класс), где это происходит. Б. никогда не прекращается сам по себе - всегда требуется защита и помощь пострадавшему, инициатору (обидчику) и свидетелям.

*Вербальная агрессия -* нецензурная брань, повышение тона голоса, бурное проявление негативных эмоций, принуждение, негативное оценивание, оскорбления, угрозы.

*Кибербуллинг* - разновидность буллинга с использованием современных гаджетов, компьютеров, интернета, сайтов, блогов, социальных сетей и др. для распространения сплетен о человеке, конфиденциальной информации, порочащей и оскорбляющей личность через сообщения, письма, комментарии. К. может происходить через размещение в открытом доступе личной информации, фото и (или) видео, чтобы причинить вред, смутить. К. отличается от других видов насилия тем, что позволяет сохранять анонимность, избегать ответственности от своих деяний.

*Контроль (самоконтроль)* - эмоциональный контроль и самоконтроль поведения. Самоконтроль выражается в контроле собственных действий и воздействий. Ситуационное изменение собственного поведения выражается в том, что человек может менять свое поведение здесь и сейчас, но это касается только определенной (конкретной) ситуации. Самоконтроль поведения -человек меняет поведение в целом, принципиально, изменение надолго и касается большого числа значимых ситуаций. Контроль эмоциональный - контроль, касающийся собственных состояний и эмоций. Самоконтроль - одна из характеристик свободы и ответственности личности. Нет личности там, где нет самоконтроля, нет свободы, нет ответственности.

*Профилактика ксенофобии в образовательной среде* – особый вид социально-педагогической деятельности, направленной на предупреждение, снижение негативных проявлений по отношению к представителям иной культуры и развитие межкультурных коммуникаций субъектов воспитания на основе сотрудничества и взаимопонимания.

**Цель: профилактика агрессивного поведения в образовательной среде**

**Задачи:**

**Образовательные задачи в контексте профилактической работы**

– обучение детей и подростков   основам социально приемлемого поведения в общественной среде; способам бесконфликтного взаимодействия; приёмам  саморегуляции поведения посредством специальных занятий, тренингов, бесед;

 –обучение навыкам поддерживающего поведения в семье и во взаимоотношениях со сверстниками;

**Психолого-педагогические задачи в контексте профилактической работы**

– оптимизация эмоциональных состояний  обучающихся;

– снятие у определённой части обучающихся беспокойства,  тревожности, напряженности, депрессии;

– представление обучающимся возможности осознать собственные проблемы.

**Ожидаемый результат**: обеспечение комплексной профилактики агрессивного поведения в образовательной организации

**Целевая аудитория**: дети и подростки от 7 до 17 лет.

**Формы работы**:

* Индивидуальная работа (беседы, консультации).
  + Групповая работа (проектная работа, тренинги, диспуты, обсуждения, беседы и др.).
* Арттерапия.
* Игры (подвижные).
* Тесты, анкеты, и др.
* Просмотр и обсуждение фильмов.

**Методы работы:**

* Метод переубеждения (обучающимся предоставляются убедительные аргументы,  они вовлекаются в критический анализ своих поступков).
* Метод переключения (детей и подростков занять трудом, учебой, спортом, общественной деятельностью и т.д.).

**Сроки и этапы реализации программы:**

Программа рассчитана на июнь 2022 г.

**Ожидаемые результаты реализации программы:**

Уменьшение факторов риска, приводящих к агрессивному поведению.

**Учебно – тематический план.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тема | Содержание | Количество часов |
| Занятие 1 | Приветствие  Упражнение «Одно предложение» (мини – сочинение)  Упражнение «Ладошки»  Упражнение «Взгляд на мир»  Обратная связь | 40 минут |
| Занятие 2 | Классный час «Мат грязные слова» | 40 минут |
| Занятие 3 | Приветствие  Упражнение «Громко и тихо»  Упражнение «Переписывание истории»  Упражнение «Эмоциональные этюды»  Обратная связь | 40 минут |
| Занятие 4 | Классный час «Культура спора»  Профилактика чрезмерного использования компьютера, интернета и гаджетов  среди несовершеннолетних | 40 минут |
| Занятие 5 | Приветствие  Мини лекция «Мир эмоций»  Упражнение «Рисование жидким соленым тестом»  Упражнение «Нарисовать свой гнев»  Упражнение «Письмо»  Обратная связь | 40 минут |
| Занятие 6 | Проект «Я и мое увлечение» | 40 минут |
| Занятие 7 | Приветствие  Мини лекция «Я – эмоциональное»  Упражнение «Агрессивная скульптура»  Упражнение «Веселые скоморохи»  Упражнение «Ассоциация»  Обратная связь | 40 минут |
| Занятие 8 | Просмотр фильма, дискуссия, подведение итогов | 40 минут |
| Занятие 9 | Приветствие  Мини лекция «Настроение»  Упражнение «Метафорический портрет»  Упражнение «Встреча с драконом»  Упражнение «Рисование имени»  Обратная связь | 40 минут |
| Занятие 10 | «Сказка о лягушках»  Игротека «В дружбе наша сила» | 40 минут |
| Занятие 11 | Приветствие  Мини лекция «Агрессивное поведение»  Упражнение «Проволочный человек»  Упражнение «Скульптура состояния»  Упражнение «Новая жизнь разбитого зеркала»  Обратная связь | 40 минут |
| Занятие 12 | Прививка от буллинга | 40 минут |
| Занятие 13 | Приветствие  Мини лекция «Характер»  Упражнение «Хрустящий Барабек»  Упражнение «Апельсиновый Джо»  Упражнение «Взятие замка»  Упражнение «Недобрые зачины»  Обратная связь | 40 минут |
| Занятие 14 | Приветствие  Мини лекция «Воля»  Упражнение «Самоценность»  Упражнение «Зазеркалье»  Упражнение «Злой – добрый мир»  Коллаж «Великие люди, носившие мое имя»  Обратная связь | 40 минут |
| Занятие 15 | Классный час «Я контролирую гнев» | 40 минут |
| Занятие 16 | Приветствие  Мини лекция «Общение»  Упражнение «Маленький принц»  Рисунок «Звуки природы»  Создание скульптуры себя  Обратная связь | 40 минут |
| Занятие 17 | Анализ сказочной истории «Цветок по имени Незабудка» | 40 минут |
| Занятие 18 | Приветствие  Упражнение «Самоанализ»  Рисунок «Итог»  Упражнение «Ключи»  Обратная связь  Вручение диплома | 40 минут |

**Занятие 1.**

**Необходимые материалы:**бумага, ручка, ладошки из белой бумаги (заготовки), очки различной формы с различными по цвету стеклами, фотоаппарат, пленка, альбом.

**Ход занятия.**

**1.Знакомство**

*Мое имя.*

*Чего я жду от занятий.*

*Что мне в себе нравится.*

**Ритуал приветствия.**

«Сегодня я похож на …..(цветок). Потому что….»

**3. Обсуждение и установление правил, которые позволят создать атмосферу психологической безопасности.**

Ведущий задает вопрос: « Какие правила мы все должны соблюдать, чтобы мы могли чувствовать себя здесь свободно и безопасно?». Обсуждают предлагаемые правила. Ведущий, в свою очередь, предлагает следующие правила:

Не перебивать друг друга.

Не осуждать и не оценивать себя.

Говорить только о себе, от своего имени.

Соблюдать конфиденциальность (то, происходит на занятии, не выносится за пределы).

Не пропускать занятия и не опаздывать на них.

Правила фиксируются ведущим на доске или листе ватмана.

**4.Упражнение «Одно предложение» (мини сочинение)**(выяснить, как оценивает себя ребенок, какие свои качества он считает самыми важными и хочет о них сказать всем).

Попросить ребенка дописать предложение «Я……….». Пусть напишет, что захочет.

**5.Упражнение «Ладошки»**(проверить наличие у ребенка умения понимать и общаться с другими людьми).

Ребенок получает «ладошку» из белой бумаги. Ведущий просит взять ручку и на самой ладони написать те качества человека, которые у него есть, а на пальцах – те качества, которые нужно, хотелось бы в себе развивать. Если есть что – то плохое, от чего хочется избавиться, порекомендуйте ребенку написать эти качества с обратной стороны на пальцах. Ладошку попросите приклеить на солнышко (нарисованное на бумаге) самого ребенка. Спросите, почувствовал ли ребенок тепло или нет.

**Упражнение «Взгляд на мир»**(анализ своих состояний и чувств)

Ведущий: «Перед тобой набор разных очков. Попробуй надеть по очереди каждые и посмотреть вокруг себя. Что меняется? Слышал ли ты фразы: «Смотреть на мир через розовые очки?» и «Видеть мир через темные очки»? Что они могут значить? Сейчас мы с тобой выйдем на улицу и сделаем фоторепортаж «Взгляд на мир». Для этого ты должен будешь смотреть на мир через разные очки и сфотографировать то, что ты увидишь. Как выглядит мир через черные, красные, розовые, прозрачные и другие очки? Сделаем по одному снимку, символизирующему видение мира через каждые очки. Готовые фотографии разместим в альбоме.» Презентация фоторепортажа и обсуждение: Каким ты увидел мир через разные очки? Какие очки тебе более всего подходят и почему? Какие не подходят и почему? В каких жизненных ситуациях, какие очки мы надеваем? Как от этого зависит наш взгляд на жизнь? Может ли человек сам менять свой взгляд на жизнь с «розового» на «прозрачный», или с «черного» на «зеленый»? Что ему для этого нужно? Бывает ли, что кто – то разбивает тебе очки или ты сам их разбиваешь? Каким будет взгляд на мир через разбитые очки?

**Ритуал завершения занятий.**

Получение обратной связи. Ответ на вопрос: «Что было интересно, важно, понравилось на занятии».

**Занятие 2.**

**Классный час «Мат – грязное слово»**

**Цель:**

* формирование навыков здорового образа жизни;
* формирование нравственных позиций, эстетического вкуса, культуры поведения;
* расширить знания детей о вредных привычках

**Задачи:**

* дать понятие сквернословия;
* воспитывать отрицательное отношение к нецензурным словам;
* побуждать к нравственному самосовершенствованию;
* познакомить с губительным влиянием сквернословия на здоровье;
* узнать историю возникновения бранных слов;
* обсудить возможные способы решения проблемы сквернословия;
* предложить приёмы, которые могут помочь избежать сквернословия;
* содействовать формированию языковой компетенции у школьников;
* вырабатывать этикет общения у учащихся;
* прививать любовь к родному языку в условиях школьной среды;
* организовывать новые формы воспитательной работы, интересные и действенные для современных школьников;

В основу реализации проекта положены следующие **направления работы**:

*1.Социально–правовое* **–** повышение нравственной и правовой культуры, грамотности обучающихся.

*2.Здоровьесберегающее* – формирование основ безопасности

жизнедеятельности и потребности в ведении здорового образа жизни.

*3.Социально-психологическое* **–** развитие коммуникативных навыков и творческих способностей.

**Подготовительная работа**

* провести анкетирование среди учащихся 8 класса: “Сквернословие в моей жизни”
* оформить кабинет наглядными материалами (стихи, пословицы, поговорки, стенгазеты).

**Форма проведения**: веб - квест

**Целевая аудитория**: учащиеся 8 класс.

**Оборудование**: компьютер, мультимедиа, интернет, презентация, бумага, фломастеры.

**Порядок работы:**

1. Анкетирование учащихся "Сквернословие в моей жизни".
2. Обработка результатов анкетирования и построение диаграммы
3. Распределение обучающихся по 4 группам (лингвисты, историки, эксперты, практики).
4. Ознакомление обучающихся с заданиями группы.
5. Ознакомление обучающихся с критериями оценивания проекта.
6. Работа групп над проектами.
   1. Изучите литературу, информационные ресурсы по вашему проекту
   2. Исследуйте найденную информацию
   3. Оформите проект, применив свои творческие навыки
   4. Сделайте выводы по проекту
   5. Подготовьте защиту своего проекта
   6. Представьте проект на классном часу

**Задания для групп:**

**Лингвисты**

1. Познакомьтесь, используя необходимые источники, с понятиями сквернословие, брань, оскорбление, ругань.
2. Опишите, что такое сквернословие и чистота языка.
3. Запишите наиболее понравившиеся афоризмы, выражения, пословицы о чистоте языка, о пагубном влиянии сквернословия на человека.

Интернет – источники:

1. <http://slovardalja.net/word.php?wordid=37753>
2. <http://slovarozhegova.ru/>
3. <http://www.vedu.ru/expdic/31955/>
4. <http://www.classes.ru/all-russian/russian-dictionary-synonyms-term-78938.htm>
5. <https://www.youtube.com/watch?v=OqD9oCqpj1A>
6. <http://pritchi.ru/id_6202>
7. <http://pritchi.ru/id_6202>
8. <http://pritchi.castle.by/ras-26-19.html>
9. <http://www.smisl-zhizni.ru/pritchi/57-nasha-zhizn/933-o-skvernoslovii-i-mate>
10. <http://pritchi.ru/id_8923>
11. <http://stillfinder.net/ru/blog/pritcha-pro-buddu-i-skvernoslovie>
12. <http://www.skvernoslovie.narod.ru/citaty_i_aforismy.html>
13. <http://www.wisdomcode.info/ru/quotes/themes/50283.html>

**Историки**

1. Познакомьтесь, используя Интернет-источники, с описанием чистоты языка и сквернословии в Библии, откуда пришла брань.
2. Рассмотрите и опишите, что значит чистота языка в современном мире.
3. Проанализируйте притчи о чистоте языка и сквернословии.

Интернет – источники:

1. <http://pritchi.ru/>
2. <http://www.logoslovo.ru/forum/all/topic_4112/>
3. <http://www.liveinternet.ru/tags>
4. <http://www.pravoslavie.ru/answers/041021153548.htm>
5. <http://newmoldova.wordpress.com/>
6. <http://www.pravoslavie.ru/put/080522004557.htm>

**Эксперты**

1. Познакомьтесь, используя Интернет-источники, с исследованиями в области языка, медицины о влиянии сквернословия на здоровье человека.
2. Составьте небольшой макет рекламной листовки «Наше главное условие – нет сквернословию»

Интернет – источники:

1. <https://www.youtube.com/watch?v=yw27V_FCEGc&t=4s>
2. <http://www.obitel-minsk.ru/_oid100056145.html>
3. <http://midi.ucoz.ru/publ/2-1-0-26>
4. <http://eparhia-amur.ru/publication/text/27926.html>

**Практики**

1. Познакомьтесь, используя Интернет-источники, с различными ситуациями, когда сквернословие влияло на отношения между людьми.
2. Приведите примеры из жизни.
3. Составьте своеобразный Кодекс чистоты языка, оформите его.

Интернет-источники:

1. <http://shkolazhizni.ru/archive/0/n-34803/>
2. <http://www.skvernoslovie.narod.ru/staty/v_chem_greh.html>
3. <http://www.liveinternet.ru/users/alfijushka/post67412745>
4. <http://oriflamma-zp.narod.ru/lec_philo_004.html>
5. <http://bolsheprodag.ru/privlechenie-klientov/kak-sostavit-reklamnuyu-listovku>

**Критерии оценки работ учащихся в группах**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Отлично** | **Хорошо** | **Удовлетворительно** |
| **Понимание задания** | Работа демонстрирует точное понимание задания | Включаются как материалы, имеющие непосредственное отношение к теме, так и материалы, не имеющие отношения к ней; используется ограниченное количество источников. | Включены материалы, не имеющие непосредственного отношения к теме; используется один источник, собранная информация не анализируется и не оценивается. |
| **Выполнение задания** | Оцениваются работы разных периодов; выводы аргументированы; все материалы имеют непосредственное отношение к теме; источники цитируются правильно; используется информация из достоверных источников. | Не вся информация взята из достоверных источников; часть информации неточна или не имеет прямого отношения к теме. | Случайная подборка материалов; информация неточна или не имеет отношения к теме; неполные ответы на вопросы; не делаются попытки оценить или проанализировать информацию. |
| **Результат работы** | Четкое и логичное представление информации; вся информации имеет непосредственное отношение к теме, точна, хорошо структурирована и отредактирована. Демонстрируется критический анализ и оценка материала, определенность позиции. | Точность и структурированность информации; привлекательное оформление работы. Недостаточно выражена собственная позиция и оценка информации . | Материал логически не выстроен и подан внешне непривлекательно; не дается четкого ответа на поставленные вопросы. |
| **Творческий подход** | Представлены различные подходы к решению проблемы. Работа отличается яркой индивидуальностью и выражает точку зрения микрогруппы. | Демонстрируется одна точка зрения на проблему; проводятся сравнения, но не делаются выводов. | Ученик просто копирует информацию из предложенных источников; нет критического взгляда на проблему; работа мало связана с темой веб-квеста. |

**Ход мероприятия**

1. **Вступительное слово учителя**

Тема нашего классного часа сейчас очень актуальна. Скверную лексику сейчас можно услышать везде: в общественных местах, на улицах, в семье, и даже от людей, имеющих определенную власть. Страшно становится от того, что ненормативная лексика с такой силой вливается в общее употребление, что становится обыденной речью не только взрослого человека, но и ребенка. Люди перестают замечать это явление! Сквернословие принимает угрожающие формы, оно охватило почти все возрасты.

*Цель нашего классного часа:* понять и уяснить, почему нельзя допускать сквернословие в свой лексикон. Почему нужно бороться за чистоту языка.

1. **Сообщение результатов анкетирования обучающихся** *(Учитель с помощью диаграммам, построенным по ответам в анкетах анализирует результаты. Диаграммы удобно вставить в презентацию).*
2. **Представление и защита проектов**

Проекты защищают в следующей последовательности:

1. Историки
2. Лингвисты
3. Эксперты
4. Практики
5. **Игра «Эстафета добрых слов».**  Начиная с меня, каждый по цепочке должен передать соседу какое-нибудь доброе слово, не забыв при этом назвать соседа по имени. Ведь имя человека – это тоже очень хорошее и доброе слово. *(Дети выполняют задание).*

Мне кажется, у нас в классе стало как будто немного теплее. А если бы такие слова звучали каждый день!

1. **Заключительное слово учителя**

Научно подтверждено, что сквернословие опасно для нашего здоровья. Оно не только способствует снижению интеллекта, но и провоцирует преступления, создавая иллюзию вседозволенности. Сквернословие обворовывает нас духовно, унижает и оскорбляет, калечит людские судьбы, приводит к раннему старению и даже преждевременной смерти.

Предупредить или остановить развитие сквернословия можно и нужно высокими нравственными духовными качествами. Единственный путь, ведущий к здоровью, - это отношение к самому себе. У каждого человека есть право выбора! Но попытайтесь хотя бы некоторое время обойтись без скверных слов и внимательно проследите за изменениями в вашей жизни. Вы скоро поймете, что отказавшись от уродливого языка, обретаете здоровье, счастье, везение, ясность мыслей, поступков и любовь ваших близких!

ПРИЛОЖЕНИЕ

**Анкета "Сквернословие в моей жизни"**

Класс\_\_\_\_\_\_\_   
Пол м / ж   
1. Как ты думаешь, почему люди в своей речи употребляют бранные слова, ругательства? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
 2. Если ты используешь в своей речи бранные слова (мат, ругательства), то объясни почему? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
 3. Как часто ты произносишь эти слова? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_   
4. В каких ситуациях это происходит? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_   
5. Как ты думаешь, плохо это или нет? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_   
6. Что ты чувствуешь, когда произносишь такие слова? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_   
7. Как ты думаешь, что чувствуют или думают другие люди, когда слышат, как ты произносишь бранные слова? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
8. Что ты чувствуешь, когда при тебе кто-то ругается матом? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_   
9. От кого ты чаще всего слышишь подобные слова? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_   
10. Как ты думаешь, что нужно сделать, чтобы люди (дети) не употребляли бранных слов? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
 11. Что нужно сделать, чтобы ты не употреблял эти слова? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_   
12. Хочешь ли ты, чтобы твои будущие дети в своей речи использовали бранные слова? Почему? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_   
**Спасибо за откровенность!**

**Занятие 3.**

**Необходимые материалы:**карандаши, бумага, магнитофон, записи спокойных (тихих) и громких музыкальных фрагментов, карточки с «добрыми» и «злыми» историями, фотографии разных эмоций.

**Ход занятия.**

**Ритуал приветствия.**

«Сегодня я похож на …..(цвет). Потому что….»

**Упражнение «Громко и тихо»**(отреагирование различных состояний).

Ребенку предлагается прослушать спокойные музыкальные фрагменты, а затем представить и изобразить на листе бумаги с помощью карандашей несколько вещей, относящихся к понятию «спокойный, тихий». Теперь необходимо прослушать фрагменты с громкой, беспокойной музыкой. Представьте, к каким вещам, каким событиям могут иметь отношение эти звуки. Нарисуй несколько из своих ассоциаций.

Когда и где ты бываешь спокойным, тихим?

Когда и где ты бываешь беспокойным, громким, агрессивным?

Что должно произойти, чтобы одно состояние поменялось на другое?

Какие чувства вызывали у тебя спокойные музыкальные фрагменты, какие – громкие, неспокойные?

Какая музыка может успокоить тебя, какая вызвать агрессию и напряжение?

Сравните две ваши работы. Что в них общего? Чем они отличаются?

**Упражнение «Переписывание истории» (с доброй на злую и наоборот)**(содействие формированию адаптивного поведения).

Ведущий рассказывает о том, что мир имеет двойственный характер, есть день и ночи, темное и белое, тепло и холод, жизнь и смерть, добро и зло. Истории, которые отражают наш мир, также бывают «добрые» и «злые». У каждого из нас есть возможность переписать любую историю, потому что через человека отражается двойственность мира. Каждый ребенок произвольно получает «добрую» или «злую» историю, которую необходимо полярно изменить. Все добрые герои должны стать злыми, все хорошие поступки должны стать плохими, и наоборот. Обсуждение:

Может ли мир быть только добрым или только злым?

Что нам дает действительность мира?

Что происходит с историей (сказкой, мифом), если она теряет двойственность и становится только злой или только доброй?

Если рассматривать сюжет как историю жизни человека, она может быть только злой или только доброй?

Что необходимо сделать, чтобы изменить свою историю, если она приобретает злой характер?

Есть ли люди, обладающие только добрыми чертами характера либо только злыми?

Как вам кажется, что такое внутренняя двойственность? Может ли внешне добрый человек переживать сильную агрессию и злость внутри и наоборот?

**Упражнение «Эмоциональные этюды»**(содействие отреагированию разных эмоциональных состояний)

Ведущий рассказывает об эмоциональном мире человека: что такое эмоции, для чего они даны человеку, как они проявляются. В качестве иллюстраций можно использовать фотографии, рисунки или мультимедийные сюжеты, отражающие многообразие эмоционального мира людей. Чтобы увеличить спектр эмоций для отреагирования, необходимо написать на доске список либо развесить фотографии (рисунки) таким образом, чтобы ребенок мог их видеть. Ребенок с помощью пластики и мимики показывает какую – то эмоцию. Нужно угадать, что это за эмоция. Ведущий предлагает музыкальный фрагмент, отражающий различные эмоциональные состояния. Каждый фрагмент длится 3 минуты. Задача ребенка – узнать эмоцию и с помощью мимики или пластического этюда показать ее. Если возникает сложность с угадыванием эмоций, помогите ребенку. Немного выждав, показать фотографию или рисунок данной эмоции. Обсуждение:

Какие эмоции переживаешь чаще других? Какие – редко?

Что такое эмоциональный опыт?

Влияет ли эмоциональный опыт человека на его жизнь?

Можно ли изменить жизнь человека, изменив его эмоциональный опыт?

Какие эмоции нас чаще всего окружают (дома, в школе, на улице)?

Как обогатить свой эмоциональный мир? Что для этого необходимо сделать?

**Ритуал завершения занятий.**

Получение обратной связи. Ответ на вопрос: «Что было интересно, важно, понравилось на занятии».

**Занятие 4.**

**ИГРА-ДИСКУССИЯ «КУЛЬТУРА СПОРА»**

**Целевая аудитория:** учащиеся 6–7 классов.

**Ожидаемый эффект:**

* учащиеся будут проинформированы о проблеме буллинга,
* каждый участник выяснит свои взгляды на проблему буллинга,
* каждый участник получит опыт отстаивания своей позиции.

**Время, необходимое на проведение:** 40 минут.

**Вспомогательные материалы:** 4 листа бумаги, на каждом из которых написано одно из следующих утверждений: «Совершенно согласен», «Согласен, но с оговорками», «Совершенно не согласен», «Не знаю/не уверен»; видеоролик

«Забитая правда» https://[www.youtube.com/watch?v=6EfnvQ3ds\_0](http://www.youtube.com/watch?v=6EfnvQ3ds_0)

**Краткое описание идеи:**

Выражая степень своего согласия с утверждениями по теме буллинга, учащиеся обдумывают свое отношение к этой проблеме, осознают свою позицию, анализируют, как бы они себя повели в такой ситуации и готовы ли они поменять свое мнение.

**Подробное описание:**

1. Перед проведением игры необходимо прикрепить подготовленные листы с утверждениями по четырем сторонам комнаты.
2. Вначале показывается видеоролик «Забитая правда». Затем проводится обсуждение:
   * Были ли подобные ситуация в вашем классе?
   * Прав ли мальчик, который отказался списывать?
   * Могли бы вы противостоять всему классу? Краткая информация о том, что такое буллинг.
3. Шестиклассникам предлагается принять участие в игровом упражнении. Один из организаторов занятия зачитывает по одному утверждению, связанному с проблемой буллинга. Участникам объясняется, что они должны оценить степень своего согласия или несогласия с этим утверждением: «Совершенно согласен», «Согласен, но с оговорками»,

«Совершенно не согласен», «Не знаю/не уверен». После того как утверждение произносится, участники сразу же должны разойтись и встать у тех листов, на которых отражена их точка зрения.

Организаторы просят участников объяснить, почему они выбрали именно это утверждение. Выслушав разные точки зрения, участники могут выбрать листы с утверждениями, более подходящими для них теперь. Очень важно при проведении игры выслушивать разные точки зрения и не превращать ее в формальное прохождение от одного плаката к другому.

1. В конце игры проводится обсуждение:
   * Какие чувства возникли у вас, когда вы размышляли над этими вопросами?
   * Легко ли было высказать свою точку зрения перед всеми участниками, особенно когда вы оказались в меньшинстве?
   * Легко ли было изменить свою точку зрения?
   * Изменили ли вы свою точку зрения по отношению к буллингу?
   * Что ты мог бы сделать, чтобы помочь жертве? Количество утверждений может быть увеличено.

**Приложение**

Список утверждений

1. Буллингу подвергаются только слабаки.
2. Буллинг — это конфликт между сильным и слабым.
3. Человек сам виноват, что не может постоять за себя.
4. Я никогда не буду подвергаться буллингу.
5. К буллингу относится только физическое насилие.
6. Все мальчики дерутся, ничего страшного.
7. Если ты подвергаешься унижениям со стороны одноклассников, нельзя никому рассказывать, а то будет еще хуже.
8. Если тебя обидели, надо позвать родителей чтобы они разобрались с обидчиком.
9. Если кого-то обижают в нашем классе, я не буду вмешиваться.
10. Я обязательно помогу, если увижу, что моего одноклассника постоянно обижают.
11. Я не вмешаюсь, если над кем-то постоянно издеваются, так как сам могу встать на его место.
12. В нашем классе нет буллинга.
13. Я скорее стал бы агрессором, чем жертвой.
14. Если у меня будут проблемы, мои одноклассники меня поддержат.
15. Я один могу справиться со своими проблемами.
16. Если у меня возникнут проблемы, мне поможет наш классный руководитель.

**Занятие 5.**

**Необходимые материалы:**соленое тесто, гуашь, куски прессованного картона, стакан для смешивания краски, магнитофон, музыкальные композиции, бумага, фломастеры, тетрадный лист.

**Ход занятия.**

**Ритуал приветствия.**

«Сегодня я похож на …..(зверя). Потому что….»

**Мини лекция «Мир эмоций».**

**Упражнение «Рисование жидким соленым тестом»**(гармонизация эмоционального состояния).

Ведущий предлагает ребенку сделать краску для рисования своими руками. Берем емкость для краски и смешивает ингредиенты в следующей последовательности: мука, соль, масло, вода, клей, гуашь. Смесь не должна иметь комочков, поэтому каждый этап смешивания должен быть интенсивным. можно комментировать процесс смешивания, предлагая почувствовать, как меняется смесь, что они чувствуют. Если ребенок хочет сделать несколько цветов, то можно различать еще не окрашенную смесь в более мелкие емкости и затем добавить гуашь. На этапе изготовления краски включается спокойная музыка. Выбирается подходящий размер картона и ребенок рисует на нем руками все, что ему захочется. Рисунков может быть несколько. Ребенок презентует свою работу, рассказывая о том, что он нарисовал, что чувствовал, как назвал свою работу.

**Упражнение «Нарисовать свой гнев»**(содействие формированию адаптивного поведения).

Ведущий предлагает изобразить на листе бумаги, на что похож его гнев. Обсуждение:

Что изображено на рисунке?

Что чувствовал, когда рисовал?

Изменилось ли состояние?

Что хочется сделать с этим рисунком?

**Упражнение «Письмо»**

Ведущий предлагает написать письмо человеку, который вызывает злость и активное неприятие, расскажи что переживаешь, когда видишь этого человека, слышишь упреки, замечания, оскорбления и что хочет сделать в ответ. Обсуждение:

Что хочется сделать с написанным письмом?

Трудно ли было писать, все ли написано?

Изменилось ли состояние после написания?

**Ритуал завершения занятий.**

Получение обратной связи. Ответ на вопрос: «Что было интересно, важно, понравилось на занятии».

**Занятие 4.**

**Необходимые материалы:**пластилин, бумага, ручка, карточки с картинками (кулак, солнце, подарок, слезы, злое лицо, мама, грязь, дождь, торт)

**Ход занятия.**

**Ритуал приветствия.**

«Сегодня я похож на …..(эмоцию). Потому что….»

**Мини лекция «Я – эмоциональное».**

**Упражнение «Агрессивная скульптура»**(осознание внешнего образа агрессивности человека).

Ведущий предлагает создать агрессивную скульптуру. Что тебе не нравится в ней? Хочешь, чтобы это агрессивное тело тебя не преследовало? Сомни мягкий податливый материал в комочек, скатай из него шарик и обними его ладошками. Улыбнись.

**Упражнение «Веселые скоморохи»**

Ведущий: Задумай человека, на которого хоть немного сердит, и напиши его имя на листочке. Заверни листочек. А теперь представь, что ты веселый скоморох и на площади тебе надо развеселить народ. Развесели любым способом. Получилось? А теперь разверни листочек и еще раз подумай об этом человеке. Так ли сердито ты к нему относишься. Сделай вывод (ребенок должен прийти к выводу, что смех снижает уровень агрессии).

**Упражнение «Ассоциации»**

Ведущий: Подбери к слову «агрессия» и «улыбка» картинки и разложи их на две группы.

Что ты чувствовал, когда работал со словом «агрессия»?

Какие чувства ты испытывал, когда видел слово «улыбка»?

Какое настроение тебе ближе? Какой же вывод ты сделаешь?

**Ритуал завершения занятий.**

Получение обратной связи. Ответ на вопрос: «Что было интересно, важно, понравилось на занятии».

**Занятие 6.**

Проект «Я и мои увлечения»

**Занятие 7.**

**Необходимые материалы:**пластилин, бумага, ручка, карточки с картинками (кулак, солнце, подарок, слезы, злое лицо, мама, грязь, дождь, торт)

**Ход занятия.**

**Ритуал приветствия.**

«Сегодня я похож на …..(эмоцию). Потому что….»

**Мини лекция «Я – эмоциональное».**

**Упражнение «Агрессивная скульптура»**(осознание внешнего образа агрессивности человека).

Ведущий предлагает создать агрессивную скульптуру. Что тебе не нравится в ней? Хочешь, чтобы это агрессивное тело тебя не преследовало? Сомни мягкий податливый материал в комочек, скатай из него шарик и обними его ладошками. Улыбнись.

**Упражнение «Веселые скоморохи»**

Ведущий: Задумай человека, на которого хоть немного сердит, и напиши его имя на листочке. Заверни листочек. А теперь представь, что ты веселый скоморох и на площади тебе надо развеселить народ. Развесели любым способом. Получилось? А теперь разверни листочек и еще раз подумай об этом человеке. Так ли сердито ты к нему относишься. Сделай вывод (ребенок должен прийти к выводу, что смех снижает уровень агрессии).

**Упражнение «Ассоциации»**

Ведущий: Подбери к слову «агрессия» и «улыбка» картинки и разложи их на две группы.

Что ты чувствовал, когда работал со словом «агрессия»?

Какие чувства ты испытывал, когда видел слово «улыбка»?

Какое настроение тебе ближе? Какой же вывод ты сделаешь?

**Ритуал завершения занятий.**

Получение обратной связи. Ответ на вопрос: «Что было интересно, важно, понравилось на занятии».

**Занятие 8.**

Просмотр фильма, дискуссия, подведение итогов.

**Занятие 9.**

**Необходимые материалы:**ватман, портреты, картон для труда, бумага, цветная гофрированная бумага, атласные ленточки, степлер, скотч, ножницы, клей, фломастеры, акварель, кисти.

**Ход занятия.**

**Ритуал приветствия.**

«Сегодня я похож на …..(природное явление). Потому что….»

**Мини лекция «Настроение».**

**Упражнение «Метафорический портрет»**(актуализация и выражение чувств, исследование и укрепление «Я» – концепции).

Ведущий предлагает ряд фотографий (рисунков) по принципу игры в ассоциации: «Если бы я был растением (животным, книгой, вещью, зданием, продуктом), то я был бы…». Затем на листе ватмана, в центре, ребенок располагает свою реальную фотографию. Вокруг нее он располагает ассоциативные снимки. При обсуждении проговаривают свои чувства и мысли.

**Упражнение «Встреча с драконом»**(отреагирование негативных состояний)

Ведущий рассказывает о драконах, иллюстрируя свой рассказ мифами, картинками или отрывками из фильмов. До сегодняшнего дня во многих восточных странах сохранились ритуалы, посвященные дракону. Как правило, это обряд встречи дракона и героя. Предлагается провести такой обряд, но для начала нужно сделать дракона. Для этого из подготовленных материалов нужно сделать большую маску дракона. Основа маски изготавливается из картона, а затем украшается маска. когда маска дракона готова, предлагается придумать дракону имя, легенду, наделить его какими – то свойствами, придумать и разыграть ритуал оживления (что нужно сделать, чтобы дракон ожил?). Этим ритуалом может быть какой то танец, песня. Есть легенда, что если герой слабее духом, чем дракон, то при встрече герой может превратиться в дракона. Каждый герой в древние времена много тренировал свой дух, чтобы сохранить себя при встрече с драконом. Ведущий надевает маску и герой должен сказать дракону: «Я не стану драконом, потому что…..», приводя в качестве довода свои сильные стороны, те качества, которые позволяют подростку в ситуации конфликта оставаться собой. Обсуждение:

Какой дракон живет в каждом из нас?

Что должно произойти, чтобы он ожил?

Для чего герою необходимо сохранить себя? Почему нельзя превращаться в дракона?

Что может помочь герою, укрепить его дух?

Как противостоять дракону, если использовать его стратегии нельзя?

Как можно защититься, если не кусаться, не драться, не ругаться и т.п?

**Упражнение «Рисование имени»**(отреагирование негативных чувств).

Ведущий предлагает написать на листе бумаги перечень вариантов имени. Затем из этого списка выбирается то, которое хотелось бы нарисовать. Ребенку надо нарисовать на бумаге выбранное имя. Это может быть конкретный или абстрактный рисунок. Обсуждение рисунка:

Расскажи о том, какой вариант имени ты выбрал? Почему?

Какие ассоциации появились в процессе работы? О чем они тебе говорят?

Какие цвета ты использовал в своем имени? Почему?

Что бы ты изменил в рисунке имени?

**Ритуал завершения занятий.**

Получение обратной связи. Ответ на вопрос: «Что было интересно, важно, понравилось на занятии».

**Занятие 10.**

**Арт-терапевтическок занятие профилактики буллинга в школе «Сказка о лягушках»**

**Целевая аудитория:** дети и подростки 10–15 лет.

**Ожидаемый эффект:**

* привлечение учащихся к участию в мероприятиях, направленных на профилактику буллинга,
* возможность для подростков овладеть определенными поведенческими навыками,
* навык отстаивать свои границы и защищать свое персональное пространство,
* формирование умения адекватно оценивать проблемные ситуации и решать жизненные проблемы;
* формирование умения сопереживать окружающим и понимать их,
* развитие творческого потенциала учащихся (сочинение сказок по профилактике буллинга, рисование сказочных сюжетов, разработка и проведение волонтерских занятий).

**Время, необходимое на проведение:** 45 минут. **Вспомогательные материалы:** карандаши, краски, бумага А4. **Краткое описание идеи:**

У детей и подростков в возрасте от 10 до 15 лет часто возникают проблемы во взаимоотношениях с другими детьми, родителями, педагогами, что выражается в асоциальных формах поведения: буллинге, склонности к правонарушениям и преступлениям. Ребенку необходимо помочь осознать самого себя, свои возможности и недостатки, распознать собственную систему ценностей, целей и установок, способность прогнозировать и контролировать свое поведение. Освоить навыки принятия решений, научить адекватно оценивать проблемные ситуации, находить выход из сложной жизненной ситуации поможет проведение занятий с обучающимися в форме арт-терапии.

Для реализации профилактической работы мы выбрали два вида арт-терапии: сказкотерапию и рисуночную терапию.

Сказкотерапия является инновационным методом в работе с детьми, который позволяет мягко и ненавязчиво воздействовать на ребенка при помощи сказки, решая при этом самые разные задачи. Анализ сказок в доступной и привлекательной форме позволяет осознать и «примерить на себя» различные типы поведения в той или иной ситуации и при этом оценить последствия. Более того, при самостоятельном сочинении сказки ребенок имеет возможность манипулировать сценарием, направлять ход событий в определенном направлении, а значит получать опыт влияния на свое настроение — таким образом формируются навыки самоконтроля.

Другим важнейшим направлением работы является рисуночная терапия, которая нацелена на обучение методам конструктивного взаимодействия, снижение тревожности, нахождение более тесного контакта с ребенком и нейтрализацию

негативной психологической энергии. Рисуночная терапия дает ребенку возможность побыть немного волшебником и нарисовать свой мир, свою страну, где каждый найдет себе друзей и взаимопонимание.

Занятия рисуночной терапией, направленные на профилактику буллинга, приводят к самопознанию, самовоспитанию, повышению уровня жизненной компетентности учащихся. Дети и подростки редко осознают свои психологические проблемы, они еще не умеют выражать свои мысли, зато любят заниматься творчеством. Выбор материала для рисования (карандаши, восковые мелки, акварель, гуашь) и манипуляция им приводит к осознанию проблемы, размышлению над ней и поиску решения.

Приемы и методы работы: сочинение сказок, чтение авторских сказок, алгоритм работы со сказками (беседа, обмен мнениями, вопросы, разъяснения); рисование

«кадров сказки», подготовка презентации сказки, просмотр нарисованных сказочных сюжетов, обсуждение.

**Подробное описание:**

1. 1 этап: план урока

Участники: учащиеся 7–8 классов (15–25 человек). Продолжительность занятия: 45 минут.

*Ведущий*: «Наверное, нет человека, который бы не любил сказки. Те из вас, кто не заинтересован в классических вариантах сказочных историй, смотрят боевики, фильмы ужасов, читают детективы, любовные романы и фэнтези. Но что это, если не современные сказки?

Людям свойственно обмениваться историями. Обмен историями, как и обмен жизненным опытом — естественная форма взаимодействия между людьми. Поэтому многие психологи считают сказкотерапию (о ней мы сегодня и будем говорить) естественной формой общения и передачи опыта, органичной системой воспитания новых поколений. Вам уже 14–15 лет, и жизненного опыта у вас больше, чем у детей 10–11 лет, поэтому предлагаю вам поделиться своими знаниями в сказочной форме.

Как показывает опыт, наилучшее информирование об опасности буллинга среди детей и подростков возможно с помощью рассказа историй, баек и сказок. В таком виде полезная информация не выглядит как нравоучение и не вызывает отрицания. Ведь неспроста существует такая присказка: "Сказка ложь, да в ней намек". Как вы уже поняли, вам предстоит написать сказку по профилактике буллинга».

Участники пишут сказки, которые затем читаются. Из них выбираются наиболее интересные для дальнейшей работы по профилактике буллинга.

1. 2 этап: план урока

Участники: учащиеся 7–8 классов

Продолжительность занятия: 45 минут.

Можно проводить на уроке ИЗО по договоренности с учителем.

Ребята читают и обсуждают сказку, предлагает ее нарисовать. Участники разбиваются на мини-группы по 2–3 человека. Разбирают сказку на сюжеты, договариваются, кто и что будет рисовать. Если ребенок не умеет рисовать человека, то ему предлагают рисовать дома, животных, делать фон.

Рисуют сюжеты на листах А4, лучшие работы затем монтируются в презентацию.

Схема размышления над сказками и их обсуждение

1. О чем эта сказка? В каких ситуациях нашей жизни нам пригодится то, что мы узнали из сказки?
2. Почему герой совершает тот или иной поступок? Зачем ему это нужно? Чего он хотел на самом деле?
3. Как герой решает свою проблему? Какой способ решения и поведения он выбирает? Активный или пассивный? Все решает и преодолевает сам или старается передать ответственность другому? В каких ситуациях нашей жизни эффективен каждый способ решения проблем, преодоления трудностей?
4. Что приносят поступки героя окружающим: радость, горе, презрение?
5. Какие чувства вызывает эта сказка? Какие эпизоды вызывали радостные, грустные чувства? Какие ситуации вызывали страх, раздражение? Почему герой реагирует именно так?
6. Случалось ли с вами что-то подобное?
7. Случалось ли вам кого-то обижать?
8. Чему нас учит эта сказка? Как мы будем использовать это знание в своей жизни?

**Занятие 11.**

**Необходимые материалы:**медная проволока, кусачки, магнитофон, музыкальные композиции, кусочки зеркала и цветного стекла, плотный картон, рамка для фотографий, одноразовые тарелки, одноразовые стаканы, пластилин, клей, мебельный силикон любого цвета.

**Ход занятия.**

**Ритуал приветствия.**

«Сегодня я похож на …..(дерево). Потому что….»

**Мини лекция «Агрессивное поведение».**

**Упражнение «Проволочный человек»**(содействие формированию навыка самоуправления).

Ведущий предлагает сделать из проволоки фигуру человека. Рассказать о том, какой он, чем отличается от других. Затем психолог держа в руках проволочного человека, начинает управлять им: поднимать одну руку, сгибать тело, наклонять голову. Хозяин проволочного человека должен все эти действия, как зеркало. Последним действием проволочный человек возвращается в первоначальное состояние. Обсуждение:

Что отражает мой проволочный человек?

Что я чувствую, когда мной манипулировали?

Что мне больше всего хотелось сделать в этот момент?

Что такое самоуправление и самоконтроль? Что необходимо человеку, чтобы управлять собой?

**Упражнение «Скульптура состояния»**(содействие формированию навыка самоконтроля)

Ведущий просит сделать из проволоки скульптуры своего состояния (настроения), придумать название и легенду (что, откуда, почему). Презентация своего произведения (какое настроение оно отражает, как называется, сообщает легенду).

**Упражнение «Новая жизнь разбитого зеркала»**(интеграция негативного опыта жизни)

Ведущий предлагает ребенку, используя основу – форму (тарелку, стакан, картон, рамку) и кусочки зеркала (цветного и прозрачного стекла), создать композицию «Новая жизнь». На форму наносится пластилин или клей и затем располагаются кусочки зеркала и стекла. Мозаика может иметь конкретный или абстрактный характер. Зазоры между кусочками стекла заполняются мебельным силиконом, излишки которого убираются ветошью. Можно зазоры закрыть пластилином. Придумать к композиции короткую сказку, рассказ, стихотворение. Презентация своей композиции. Обсуждение:

Что означает «Новая жизнь» разбитого зеркала?

Бывало ли такое, что было ровным и целым, безвозвратно разбилось?

Что делал в такой ситуации?

Что необходимо сделать в этой ситуации, чтобы начать новую жизнь?

**Ритуал завершения занятий.**

Получение обратной связи. Ответ на вопрос: «Что было интересно, важно, понравилось на занятии».

**Занятие 12.**

**Антибуллинговая активность «Прививка от буллинга»**

**Целевая аудитория** 6-7 классы

**Ожидаемый эффект**

а) для подростков-организаторов – развитие психологического здоровья, воспитание адекватной личности, умеющей разрешать конфликты.

б) для целевой аудитории – обучение навыкам ставить себя на место другого ребёнка, понимать всю ситуацию со стороны ребёнка – жертвы, учиться сочувствовать ребятам – жертвам, учиться устранять ситуации травли.

**Время, необходимое на подготовку:** 1-2 часа

**Время, необходимое на проведение:** 45 минут

**Вспомогательные материалы** (что потребуется для проведенияактивности? Перечислите весь необходимый реквизит, инвентарь, оборудование и пр).

Презентация, проектор, игрушка

**Каткое описание идеи**

Ученики , через упражнения, будут высказывать своё мнение о буллинге, есть ли в классе, и как можно разрешить ситуации травли, высказывая только свою точку зрения.И помочь другим.

**План подготовки**

Заранее, подготавливается презентация о «Буллинге». Так же составляется небольшой рассказ.

Далее ребята садятся за круглый стол, и принесем игрушку , который они будут передавать друг другу в ходе обсуждения.

**Подробное описание**

**Ход занятия**

**1.Вводная часть**

*1 слайд*

Здравствуйте, уважаемые ребята!

Сегодня наше занятие посвящено профилактике буллинга в нашем классе.

Все вы задаёте себе вопрос – «А что же такое буллинг?»

Сейчас мы об этом поговорим и узнаем, внимание на доску!

(Презентация)

*2 слайд*

Буллинг — задирание (травля, от англ. bully - задирать, запугивать) — агрессивное преследование одного члена сообщества другими (особенно среди школьников и студентов). Слово «bull» на английском означает «бык», то есть слово «bullying» характеризует человека, который ведет себя заносчиво, задирает слабых и нападает, неожиданно или по предупреждению.

*3 слайд*

Раззновидности буллинга:

* вербальный – всё, что делается на словах, а именно: угрозы, оскорбления, насмешки, унижение;
* физический – непосредственные физические действия в отношении жертвы (толчки, пинки, побои, сексуальные домогательства);
* социально-психологический – буллинг, он направлен на исключение из общества (сплетни, слухи, игнорирование, бойкот, манипуляции);
* экономический – вымогательство или прямой отбор денег, вещей, порча одежды;
* кибербуллинг (от англ. – cyberbulling) или интернет буллинг – травля в интернете через социальные сети, электронную почту. Предполагает распространение слухов и ложной информации, взлом личных страниц, отправку негативных сообщений и комментариев.

На данный момент этот вид самый распространённый. Так как все ребята сейчас сидят в социальных сетях, под другими никнеймами они могут писать всё что угодно.

И ещё очень важный момент, травле в школе подвергаются не только дети, но и учителя. Раньше дети могли просто намазать стул учителя мелом или клеем, но сейчас они могут грубо отвечать учителю, оскорблять и даже ударить.

*4 слайд*

Рассмотрим почему же у ребят возникает желание агрессировать.

На слайде вы видите мотивы, разберём их подробнее:

1. учёные утверждают, что причиной самоутверждения в коллективе является желание быть главным в своей группе сверстников, т.е. агрессором. Ему необходимо и важно знать на сколько он популярен и уважаем в ней.
2. Зависть наверное одно из самых нехороших качеств среди школьников, оно может быть вызвано разными причинами.

В детстве ребята завидуют каким-либо игрушкам, или вещам; в школе: почему кому-то достались математические способности, а мне нет!? Соответственно, детки начинают переворачивать всё так, что например, быть отличником это позор.

1. Месть, это блюдо холодное, но увы иногда это чувство заполняет нас по полной и очень хочется наказать человека причинившего нам вред, будь он словесный, физический или любой другой. Так же и дети пытаются отомстить именно травлей и настраиванием остальных детей против навредившего им человека.
2. Здесь особо говорить не о чем, тут всё более чем понятно, всем хочется быть в центре внимания, но чтоб этого добиться нужно что-то сделать, в лучшем случае это выиграть олимпиаду, или учиться на отлично, но это всё стоит большого труда. Ребята идут простым путём и просто начинают задевать, обзывать и т.п., чтоб показать себя, чтоб все обратили на него внимание.
3. Желание унизить соперника, это похоже с 4 пунктом, то есть человек хочет быть в центре внимания, хочет казаться круче, чем тот который добился того же.

Далее кратко познакомимся с участниками травли.

В середине картинки мы видим жертву, далее соответственно на первом месте у нас идёт буллер, т.е. агрессор, тот человек который и начинает весь процесс травли.

Далее последователи, те люди который соглашаются с мнением буллера и начинают повторять за ним, подражать.

После идут одобряющие, те кто считают травлю за должное.

Пассивные одобряющие не принимают в этом никакого участия.

Далее идёт человек, который видит всё, но ничего не предпринимает, лишь потому что ему всё равно.

И соответственно, защитники.

Ну вот мы и познакомились с вами с темой нашего занятия.

**2.Основная часть**

А ребята садятся за круглый стол.

Итак, объясняю задание, у нас есть предмет (игрушка), так же у нас будут три фразы, по ходу занятия вы их услышите. Нужно уяснить несколько правил:

1. Когда кто-то говорит, все молчат
2. Сидим как прилежные дети, занятие требует от вас серьёзных мыслей
3. Обдумываем хорошо, прежде чем дать ответ.

Итак, сейчас все погрузимся в воспоминания, и подумаем когда же нас обижали, так что вам больше всего это запомнилось. И я передаю предмет первому ребёнку и у каждого начинается рассказ так: «Меня очень обидели….» и продолжает своими словами, стараемся вспомнить то, что касается школы.

*(Далее выслушиваем варианты рассказов детей)*

Умнички, все высказали своё мнение, у всех были разные ситуации. А теперь нам нужно подумать, какие ситуации происходят конкретно в нашем классе, и начинаем рассказ так: «В нашем классе бывает что, …….»

*(Далее выслушиваем варианты рассказов детей)*

Хорошо! Ну а теперь, самый главный этап, вы должны подумать как избавиться от таких ситуаций, что вы сейчас называли, и начинаем наше предложение так: «Я бы сделал……».

**3.Заключительная часть**

Итак, теперь мы слышали что происходит, и какие ситуации бывают в нашем классе. А сейчас мы составим с вами памятку из ваших ответов, и повесим её в классный уголок, что улучшать наши отношения и не повторять больше ошибок в поведении!

*(Составляют памятку из своих ответов, обобщая одинаковые, командир вешает в классный уголок)*

Ребята, наше занятие подходит к концу, спасибо Вам за доверие, спасибо за честные ответы, и спасибо вашим родителям, которые вас поддерживали, так как задания и тема нашего занятия были не просты!

До встречи!

**Приложения:**



**Занятие 13.**

**Необходимые материалы:**любые сухарики, емкость для сока, апельсины, нож, бумажное полотенце

**Ход занятия.**

**Ритуал приветствия.**

«Сегодня я похож на …..(животное). Потому что….»

**Мини лекция «Характер».**

**Упражнение «Хрустящий Барабек»**(содействие снижению вербальной агрессии).

Ведущий рассказывает о том, что многие продукты при употреблении звучат. Хрустящий звук сухарей для многих является раздражающим. Мы, используя сухари, попробуем создать ритм. Принимается решение какой ритм с помощью съедаемых сухарей будем задавать, затем по команде начинается ритмичное съедание сухариков (1-2 минуты). Можно поэкспериментировать с силой звука: по сигналу хрустеть очень громко или чуть слышно. Обсуждение.

**Упражнение «Апельсиновый Джо»**(содействие снижению физической агрессии).

Ведущий рассказывает историю о том, как портной спасся от великана, перехитрив его. Портной предложил великану выжать сок из камня. Великан не смог этого сделать, превратив своей необузданной силой камень в песок. Портной же незаметно вытащил из сумы кусок мягкого сыра и на глазах великана выжал аккуратненько из него сок. Ребенку предлагается поиграть со своей силой. По команде ведущего необходимо выдавить сок из своего апельсина в емкость. Но команды будут не простые. Сила имеет числовое значение: четыре – очень сильно, три – сильно, два средне сильно, один – легкое давление, ноль – отсутствие силы. Ребенок получает емкость для сока, апельсин (часть плода срезана, чтобы сок мог свободно вытекать). По команде начинаем давить сок. Для начала нужно сохранить числовую последовательность, а затем давать инструкции вперемежку, пока сок из апельсина не будет выдавлен. Затем происходит проба сока. Подросткам предлагается выпить сок своей силы, ощутив ее на вкус. Обсуждение.

**Упражнение «Взятие замка»**(содействие отреагированию агрессии).

Используя одноразовые стаканчики, построить на стуле или столе замок – пирамиду. Слегка надуть воздушный шарик, чтобы получился небольшой мячик. Подросток отходит от замка на расстояние 10 шагов. По сигналу психолога необходимо «разбомбить» («взять») замок мячиком. Так как мячик легкий, сделать это не так просто. С 10 шагов предлагается три попытки. Если замок не взят, можно подойти на три шага и продолжить взятие (опять три попытки). Обсуждение:

Что вы сейчас чувствуете?

Что вы чувствовали, когда совершали попытки взятия замка, а мяч либо не долетал, либо ваш удар был слабоват?

Сколько попыток вы сделали, прежде чем достигли цели ?

Что помогло вам достичь цели?

**Упражнение «Недобрые зачины»**(содействие переориентации поведения).

Ведущий предлагает подросткам карточки, на которых написаны «недобрые» зачины. Зачин – начало истории или сказки. «Недобрый» Зачин – не очень хорошее начало, начало, в котором есть зло, обида, агрессия и другие недобрые чувства. Но это только начало, а продолжение может быть разным. Ребенок берет себе произвольно одну карточку. Его задача – придумать два варианта продолжения «недоброго» зачина. Один с плохим концом, другой с хорошим. Обсуждение:

В чем суть «недоброго» зачина?

Менялась ли она в зависимости от хорошего или плохого окончания истории?

Какой вариант продолжения зачина придумывать легче – хороший или плохой?

А может быть «средний» вариант? Приведи пример на основе этого зачина, который дописывал ты.

Если рассматривать зачин как начало жизни человека, начало его жизненной истории, как вам кажется, что нужно делать, чтобы получить позитивное продолжение?

**Ритуал завершения занятий.**

**Занятие 14.**

**Необходимые материалы:**бумага, карандаши, стулья, зеркало, ручка, фломастеры, бумага А3, журналы, ножницы, клей.

**Ход занятия.**

**Ритуал приветствия.**

«Сегодня я похож на …..(одежду). Потому что….»

**Мини лекция «Воля».**

**Упражнение «Самоценность»**(позитивизация «Я» концепции подростка).

Каждый из нас представляет собой ценность. Мы отличаемся друг от друга своей индивидуальностью, личными достижениями, целями и многим другим. О своей ценности мы узнаем от других людей. Сейчас необходимо будет взять лист бумаги и в центре нарисовать круг, в котором написать букву «Я». Теперь вокруг этой буквы можешь нарисовать столько кружочков, сколько захочешь, а в них ты напишешь имена тех людей, которые говорили о твоей индивидуальности и ценности. От каждого кружочка к своему «Я» проведи стрелки. Используй для этого разные цвета, чтобы передать свои чувства. А теперь вспомни, пожалуйста, что тебе говорили все эти люди, и кратко напиши рядом со стрелками, направленными от них. У тебя получилась карта самоценности. Давай оживим ее. Я помогу тебе. Ты сядешь на стул, который будет стоять в центре класса. Вокруг мы поставим стулья так, как нарисованы кружочки на твоей карте. Я по очереди буду садиться на эти стулья, изображать человека, чье имя написано в кружке, и говорить фразу, идущую к тебе от этого человека. Слушай внимательно. Твоя задача – ощутить свою ценность. Обсуждение:

Что такое самоценность?

Какими цветами ты обозначил стрелки, идущие от других к тебе, и почему?

Опиши свои чувства, когда ты сидел на стуле и слушал, что говорили о твоей ценности разные люди?

**Упражнение «Зазеркалье»**(актуализация образа Я)

Подростку предлагается посмотреть на себя в зеркало. Кого он там видит? Что это за человек? Что он любит или не любит? Чем отличается от других? Какими чертами обладает? К чему стремится? На листе бумаги необходимо составить портрет того, кто находится в Зазеркалье. Этот портрет должен с точностью до наоборот отличаться от реального портрета ребенка, который он составил, смотря в зеркало. Затем представляет свой портрет реального и зеркального. Обсуждение:

В чем различия реального и зеркального портретов?

Что для тебя является Зазеркальем? Чем мир Зазеркалья отличается от твоего реального мира?

Кто из известных тебе героев книг или фильмов путешествовал через зеркало? Для чего он это делал?

Что дает человеку путешествие в свое Зазеркалье?

О чем бы ты хотел спросить зеркало, если бы оно было волшебным?

**Упражнение «Злой – добрый мир»**(позитивизация образа «Я»)

Ведущий рассказывает о двойственности мира, о том, что в мире есть доброго и злого. Затем он предлагает отправиться в путешествие, которое будет индивидуальным. Сначала – в мир Зля, а затем – в мри Добра. Для этого ребенок должен придумать себе имя. В качестве кого он отправится в путешествие? Какова цель путешествия? Для чего тебе, как герою, нудно попасть сначала в мир зля, а затем в мир Добра? Что я хочу понять или найти? На какой вопрос получить ответ? Используя изобразительные материалы, сделать символ своего героя, символ своего имени в этом путешествии. Он не должен быть большим и сложным в изготовлении. Кроме того, психолог просит нарисовать на отдельном листке, а затем вырезать три предмета. Они должны помочь герою достичь цели, проходя через миры Зла и Добра. Это то, что он возьмет с собой в путешествие. Подросток вместе с психологом, взяв в руки свои символы и предметы – помощники, отправляются на улицу. Ведущий говорит: «Левая сторона газона – это мир Зла, правая – мир Добра. У нас есть 40 минут: 20 минут на один мир и 20 минут на другой. Наша задача, попав в мир Зла, увидеть все злое, не замечая доброго (грязь, злых людей, плачущих детей, поломанные деревья, вытоптанные газоны). Кроме того, решить те задачи, которые ставил себе наш герой. Можно пользоваться помощниками. Затем также поступаем с миром Добра. Нужно увидеть как можно больше доброго(улыбки, цветы, любовь, чистоту). Ответить на вопрос: для чего нужно пройти через мир Добра. Постараться запомнить, что увидел в обоих мирах. Итак, в путь» по окончанию путешествия возвращаемся в кабинет. Обсуждение:

Какой образ ты выбрал для путешествия? Почему?

Какова цель путешествия твоего героя? Для чего он отправился в путь?

Для чего твоему герою нужно было пройти в мир Зла? Как это связано с его целью?

С каким злом твой герой встретился на пути? Что помогло ему в пути?

Что доброе герой узнал? Что это ему дало?

Каковы результаты путешествия? Достиг ли герой своей цели?

В каких жизненных ситуациях наш мир делится на Злой и Добрый?

Что может помочь справиться со злом в реальной жизни? Откуда ждать помощи?

Что необходимо делать, чтобы жить в Добром мире?

**Коллаж «Великие люди, носившие мое имя»**(позитивизация образа «Я»)

Психолог просит подростка на листе бумаги составить список людей, носивших его имя. Используя журналы, фотографии составить коллаж. Центром коллажа может стать собственная фотография. Обсуждение:

Что значит твое имя? Как оно переводится?

Какие похожие качества объединяют всех людей, носивших твое имя?

Кто из тех великих людей, которых ты вспомнил, ближе всего для тебя? Почему?

Как твой характер соответствует твоему имени?

**Ритуал завершения занятий.**

Получение обратной связи. Ответ на вопрос: «Что было интересно, важно, понравилось на занятии».

**Занятие 15.**

**Тема «Я контролирую гнев»**

(5-6 класс)занятие с элементами тренинга по профилактике агрессивного поведения

*Цель занятия:*

* снижение уровня агрессивности путем обучения навыкам адаптивного поведения, предупреждение и преодоление агрессивного, конфликтного пове­дения;
* развитие коммуникативной культуры поведения подростков и форми­рования навыков саморегуляции.

*Задачи:*

* сформировать у обучающихся понятие агрессивности
* обозначить негативные последствия сдерживания негативных эмоций
* обучить релаксационным техникам снятия психоэмоционального напряжения

*Методы работы:*

* групповая работа;
* беседа;
* мозговой штурм;
* дискуссия.

*Время поведения:* 45 минут.

*Целевая аудитория:* обучающиеся 5-6 классов.

*Ход занятия*

*Разминка*

Участникам выдаются картонные «ладошки» - красная и зеленая. Крас­ную ладошку участник поднимает, если к нему высказывание не относится, зе­леную, если он согласен с утверждением. Участникам задаются вопросы:

*У кого сегодня хорошее настроение? Кто сегодня пришел в школу вовре­мя? Кто завтракал?*

*У кого в одежде есть красный цвет, поднимите зеленую ладошку, у кого нет - красную.*

*У кого есть лучший друг, поднимите зеленую ладошку*

*Кто испытывал злость в последние четыре дня, поднимите зеленую ла­дошку, кто нет, - красную.*

*Мы увидели, что большинство из вас иногда злятся, испытывают нега­тивные эмоции. Это норма? Конечно, ведь все мы иногда попадаем в неприят­ные ситуации. Испытывать злость и гнев - нормально. Но то, как мы с ним справляемся, может быть различным у разных людей. Когда человек не спосо­бен контролировать себя в критических ситуациях, возникает агрессия. Агрес­сия - поведение, направленное на причинение физического или словесного вреда кому-либо. Давайте попробуем разобраться, какие ситуации провоцируют че­ловека на агрессию (мозговой штурм).*

*Упражнение «Ситуации агрессии»*

* Предлагается участникам вместе с ведущим заполнить таблицу. Какие ситуации возникали в вашей жизни?
* Как вы хотели бы поступить и как поступали на самом деле? Как окру­жающие реагировали на это.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Ситуация | Что ты чувствовал при этом? Что тебе хотелось сделать? | Как реагировали окру­жающие? |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

*Упражнение «Рисунок агрессивного человека»*

*Давайте попробуем представить себе, как выглядит агрессивный чело­век. Вы будете мне называть его внешние черты, а я постараюсь изобразить его на доске.*

*Девочка или мальчик? Сколько ему\ей лет? Какие у него глаза? Большие руки или маленькие? Как вы думаете, этот человек успешен? У него много дру­зей?*

*Упражнение «Безмолвный крик»*

*Цель:*

* научиться при самой сильной обиде или гневе не чувствовать себя жерт­вой;
* избавиться от напряжения.

*«Представь себе, что ты идешь в тихое и приятное место, где никто тебе не помешает. Это может быть знакомое тебе место или такое, в ко­тором ты не был ни разу. Постарайся в подробностях представить, что тебя окружает. Предметы вокруг. Можешь прикоснуться к ним. Ты в безопасно­сти.*

*Представь себе, что перед тобой стоит твой учитель. Он недоволен. Он говорит тебе на повышенных тонах, что ты не сдал лист с контрольной, ко­торая была на прошлой неделе. Ты точно помнишь, что сдавал лист ей в руки. Но она продолжает кричать на тебя, что ты виноват и получишь двойку. Представь, что учитель кричит все громче, еще сильнее раздражая тебя. Пусть твое раздражение усиливается. Тот человек тоже должен понять, что больше раздражать тебя уже нельзя. Для этого ты можешь закричать изо всех сил, но так, чтобы этого никто не услышал здесь. То есть кричать нужно про себя. Может быть, ты хочешь заорать: «Хватит! Перестань! Исчезни!» Открой рот и закричи про себя так громко, как только сможешь. В твоем потайном месте ты один, там никто не может услышать тебя. Закричи еще раз, и в этот раз ори еще громче. Ну. вот теперь хорошо! Теперь постарайся представить, как фигура учителя уменьшается. Вот он уже ростом с тебя, теперь еще ниже. Теперь он ростом не выше стола. Представь, как его голос становиться тоньше и тоньше. Вот он уже со спичечный коробок. А теперь он исчезает совсем. Постарайся выдохнуть и медленно открой глаза.»*

*Смогли ли в своем воображении крикнуть очень громко? Что кричали? Что придумали, чтобы остановить этого человека? Что вы чувствовали в тот момент, когда он начал уменьшаться и исчез совсем?*

*Упражнение «Сердечко»*

Участникам выдаются шарики, заполненные мукой. Задача участников руками предать им форму сердец.

*Я прошу вас испортить вашу фигурку. Постарайтесь максимально смять ее, вложите в это действие как можно больше энергии. Можете при­давить, размять пальцами вашу фигурку. Давайте проанализируем, что вы чувствовали, когда лепили сердечко? Какая реакция последовала, когда я по­просила вас испортить его?*

*Упражнение «Волшебная лавка»*

Каждый участник пишет на листе бумаги пять своих положительных ка­честв и пять отрицательных.

*Представьте, что в вашем городе открылась лавка чудес. В ней вы мо­жете приобрести любое качество, которого, по вашему мнению, вам не хва­тает. Это может быть абсолютно любое качество, но, как и в любом мага­зине, одно из своих качеств вам придется отдать как плату.*

*Что вы чувствовали, когда приходилось отдавать свои качества? Как новоприобретенное качество поможет вам в жизни?*

*Рефлексия. Упражнение «Незаконченные предложения»*

Участникам предлагается по очереди продолжить предложения:

* Я сегодня узнал, что...
* Оказывается, что можно...
* Это занятие помогло мне.
* Самым важным для меня стало...

**Занятие 16.**

**Необходимые материалы:**бумага, карандаши, пластилин.

**Ход занятия.**

**Ритуал приветствия.**

«Сегодня я похож на …..(игрушку). Потому что….»

**Мини лекция «Общение».**

**Упражнение «Маленький принц»**(осознание ценности и уникальности внутреннего мира своих чувств и эмоций).

Ведущий: Представь себя Маленьким Принцем, имеющим свою собственную планету. Нарисуй свою планету. Обсуждение:

Кто может прилететь на эту планету?

Кого ты пригласишь и зачем?

Кто живет всегда на этой планете?

Для кого всегда двери в твою планету открыты? Почему?

А перед кем тебе хочется запереть дверь на все засовы? Почему?

**Упражнение «Звуки природы»**(осознание ценности и уникальности внутреннего мира своих чувств и эмоций)

Подросток слушает музыку «Звуки природы» (шум моря, дождя, грозы, огня) закрыв глаза. После прослушивания музыки рисует картину впечатлений от услышанных звуков. Именно картина должна раскрыть внутренний мир.

**Упражнение «Создание скульптуры себя»**(осознание ценности и уникальности внутреннего мира своих чувств и эмоций)

Предлагается слепить две фигурки: одну, изображающую себя «изнутри», другую – «снаружи» – как видят меня другие люди. Объяснить.

**Ритуал завершения занятий.**

Получение обратной связи. Ответ на вопрос: «Что было интересно, важно, понравилось на занятии».

**Занятие 17.**

**Анализ сказочной истории «Цветок по имени Незабудка»**

**Целевая аудитория**: младшие школьники 1 - 4 классов. Мероприятие проводится обучающимися 6 классов

**Ожидаемый эффект**:

- для организаторов занятия: получить необходимые знания, умения и навыки для реализации идеи по предложенной теме; развитие эмоционального интеллекта, развитие умений действовать в соответствии с ролью, научиться взаимодействовать с обучающимися, обмениваться различными точками зрения;

- для обучающихся начальной школы: умение определять эмоциональный фон других людей; умение оказывать эмоциональную поддержку окружающим тебя людям; владение навыками уверенного поведения;

лучшего понимания и познание самого себя и окружающего мира, повышение социального статуса, умение работать в коллективе\команде, научиться находить приемлемые способы разрешения проблемной ситуации; принимать точку зрения других; осознавать, что каждый человек индивидуален и неповторим.

**Время, необходимое на подготовку**: 2 недели

**Время, необходимое на проведение:** 45 минут

**Вспомогательные материалы:** бейджи с изображением героев сказки – незабудка, ромашки, трава, кузнечики, бабочки, автор по 5 штук. 1 набор для старших детей, остальные 4 набора для младших школьников, для командной работы.

**Каткое описание идеи**. Проигрывание сказочного материала позволяет не только наблюдать происходящее и формировать свое видение ситуации, испытывать различные чувства по отношению к персонажам, но и через проекцию осознавать свои и чужие чувства и присваивать, рефлексировать чувства. Формат сказочных историй органичен для младших школьников.

**План подготовки:** определяем активных участников из числа старших учеников совместно с классным руководителем. Проработка формата взаимодействия с учениками начальной школы – проработка сказки, прояснение смысла и целей. Подготовка необходимых материалов - нарисовать бейджи – картинки цветов, бейдж для ведущего, 4 цветка для обозначения команд. Определить дату и время, согласовав с классным руководителем.

**Описание.**

1. Приветствие участников мероприятия.

Упражнение «Волшебные очки!» У кого очки, одевает их и сквозь волшебное стекло, глядя на своих одноклассников , выражает комплимент одному из товарищей.

Что вы почувствовали, получая комплимент?

Легко ли говорить комплимент?

Почему трудно?

2. Работа со сказкой (показ).

Сказка «Цветок по имени Незабудка»

**Ведущий-рассказчик:**

- На одной очень красивой поляне росли лесные цветы. В хорошую погоду на поляну прилетали бабочки, а в траве пели кузнечики. Цветы на этой поляне умели разговаривать и играть в мячик из капелек росы. Им было весело и интересно жить на этой поляне. Бабочки, кузнечики, герои-цветы по двое-трое стоят на площадке мини-сцены, класса показывают описываемые действия)

Однажды утром на поляне появился новый цветок-на тоненьком стебельке с маленькими листиками и нераскрывшимся зеленым бутоном.

( *Выходит обучающийся с бейджем Незабудки*). Это была Незабудка.

Все цветы которые росли на поляне стали смеяться над ней:

**Все «цветы», «трава» показывают на Незабудку и говорят:**

- Она похожа на обыкновенную траву! Мы не будем дружить с тобой!

**Ведущий-рассказчик:** Незабудка чувствовала себя одинокой. Ей было очень грустно и она от этого стала вянуть. Но вдруг пошел дождик и напоил её спасительной влагой. От дождика все цветки на поляне распустились и стали хвастаться друг перед другом.

**Цветы :** Я - красива! Я - прекрасна! Я – лучший цветок на поляне!

**Ведущий-рассказчик:**

**-** Незабудке снова стало обидно что её бутон не распустился.

Но на следующий день у Незабудки из бутона появился цветок-очень красивый, голубой с белым отливом, по форме не похожий ни на один цветок на поляне.

**Пауза.** Ребята, наверно, вы поняли, что история эта не закончилась. Нам предстоит придумать, как она может завершиться! Займите места за столами.

1. **Ребята делятся на 4 команды и занимают столы для команд. На столах приготовлены бейджи героев сказки.**

Обсудите, как могла бы закончиться эта история, один из нас ( старшеклассников) будет в вашей команде, вы можете обратиться за помощью к нему в случае необходимости.

**Задание:** придумать окончание истории и используя бейджи-героев, показать концовку.

**4.Показ вариантов окончания истории от каждой команды.**

**Далее показ окончания сказки старшеклассниками**

Прилетели птицы.

**Птицы:**

**-** Мы никогда не видели такой красоты!Какой волшебный цветок! Посмотрите на это чудо!

На бале цветов Незабудку выбрали Королевой. От радости она танцевала, пела и рассказывала интересные лесные истории.

Незабудка была очень счастлива, что смогла доказать всем на поляне, что она красивый цветок, а не трава.

**5.Ведущий:** итак, ребята, наша история подошла к концу. Как вы думаете, о чем же все-таки была эта история? Что вы сегодня смогли узнать? Научились ли мы чему-то?

Слушаем мнения ребят – резюмируем следующее: сила каждого в нашей неповторимости.

**Приложения:** дополнительных приложений не требуется.

**Занятие 18.**

**Необходимые материалы:**бумага, ручка, цветной картон, связка ключей.

**Ход занятия.**

**Ритуал приветствия.**

«Сегодня я похож на …..(школьный предмет). Потому что….»

**Упражнение «Самоанализ»** (научить ребенка способам самоанализа).

Чистый лист бумаги делится пополам. Слева – место для положительных качеств. Справа – для отрицательных. Предложить ребенку выявить свои сильные и слабые стороны. Попросить больше сосредоточиться на достоинствах, недостатки описывать легче. Обсудить ситуацию «Я был – я стал»

**Рисунок «Итог»**.

Чистый лист бумаги. Ребенку предлагается нарисовать себя в ситуации: «Я сейчас». Изображение прокомментировать.

**Упражнение «Ключи»**

Ведущий предлагает ребенку воспользоваться ключами.

1 ключ указывает на цели и наличие их у ребенка. Если он возьмет этот ключ,, спросите, что он хочет в своей жизни изменить или достичь.

2 ключ указывает на то, что мы «запираем на ключ». Если ребенок указывает на этот ключ, следует спросить, что он навсегда хочет закрыть в жизни.

3 ключ указывает, что мы стремимся «открыть что – то новое ключом, идем в мир нового». Если выбран этот ключ, узнать что подросток хочет узнать нового.

**Ритуал завершения занятий.**

Получение обратной связи. Ответ на вопрос: «Что было интересно, важно, понравилось на занятии».

**Вручение диплома**

**Список используемой литературы**

1. Бютнер Х. Жить с агрессивными детьми. М., 1991
2. Кочетов А. Работа с трудными детьми. М., 1986
3. Сакович Н. Игры в тигры. С – Пб., 2007
4. Фопель К. Как научить детей сотрудничать. М., 2001
5. 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.
6. Лейн, Д. Школьная травля (буллинг) / Д.Лейн // Детская и подростковая психотерапия / под ред. Д.Лейна, Э.Миллера. СПб.: Питер, 2001. - С. 240 - 274 - (Серия «Практикум по психотерапии»). -ISBN 5-318-00034-7.
7. Руллани Э. Как остановить травлю в школе: Психология моббинга/ Пер. с Норв. – М.: Генезис, 2012.- 264 с
8. Дубровина И. В. Рабочая книга школьного психолога. М., 1999. С. 215-218.
9. Малкина И. Г.  Кризисы подросткового возраста. М., 2004. С.99-102.
10. Технологии практического психолога образования. М., 2000. С.188.
11. Сакович Н. А. «Игры в тигры» М., 2006.