

ЗАТВЕРДЖЕНО

Сулимівська філія
Яготинського ліцею №1

03.11.2022 № _____

Методичні рекомендації щодо формування безпечного освітнього простору,
запобігання булінгу в Сулимівській філії Яготинського ліцею №1

у 2022-2023 навчальному році

1. Проявляйте витримку під час спілкування з проблемними підлітками.
2. Терпляче і наполегливо пояснюйте неправильність їхніх поглядів і поведінки.
3. Намагайтесь переконувати і відкривати “важким” підліткам гідні та цікаві життєві перспективи.
4. Постійним повчанням не закріплюйте у підлітків, схильних до правопорушень, негативну оцінку своїх учинків.
5. Не перешкоджайте їхній участі у звичайних молодіжних об’єднаннях.
6. Уникайте надто наполегливо і безцеремонно втягувати таких підлітків в суспільні справи колективу учнів.
7. Сприяйте організації педагогами та батьками спільних масових заходів, що з’єднують підлітків з різною поведінкою, світосприйняттям, успішністю.
8. Втягуйте “важких” підлітків в суспільно корисні трудові справи, використовуючи притаманну їм завзятість в досягненні поставленої мети, прагнення до першості, частково усвідомлене почуття їхньої соціальної неповноцінності.
9. По можливості, з метою перевиховання підлітків, які вже зробили помилку в житті, змініть обставини та звичні їм форми поведінки, виказуйте їм довіру, схвалюйте їхні досягнення.
10. Виховуйте у таких підлітків вміння не тільки підкорятися, а й командувати, не принижуючи та не уражуючи інтереси однолітків.

Рекомендації вчителям із забезпечення засобів впливу на підлітка щодо поліпшення його поведінки

1. Пошук і знаходження шляхів підвищення мотивації до навчання у слабких учнів:
 - винагорода дітей за досить незначний прогрес під час навчальної діяльності, а не за досконалість в ній;
 - активне заохочення в творчій діяльності, в спорті, врізних шкільних заходах тощо.
2. Виховання теплих почуттів до школи у слабких учнів:
 - дозволяти дітям брати участь у найважливіших справах школи, наділивши їх певною часткою відповідальності.

3. Не присвоювати дітям ніяких ярликів, спиратися на заохочення, підтримку, а не на покарання:

– не бажано розділяти учнів (шляхом оголошень оцінок чи розподілу по групах), бо діти позбавляються необхідної мотивації;

- корисно знаходити сильні сторони слабких учнів і хвалити їх за те, що їм вдається.

4. В роботу школи включати більше елементів, що задовольняють соціальні інтереси підлітків:

- розширювати позашкільні форми діяльності підлітків;

– залучати їх до організації такої діяльності;

– прикладом, шляхом бесід виховувати у підлітків усвідомлення, прийняття шкільних цінностей та норм.

Рекомендації учасникам педагогічного процесу щодо підвищення самооцінки у “важких” підлітків

1. Намагайтеся створити добрі стосунки у спілкуванні з підлітком, бо їх відсутність – це причина виникнення тривожності у дитини.

2. Поважайте індивідуалізм підлітка, бо його зневага веде до появи самотності дитини.

3. Стверджуйте загальнолюдські цінності – це стане на допомогу під час появи у підлітка думок про самотність або втрати друга (друзів).

4. Частіше нагадуйте “важким” підліткам про їхні позитивні якості – це допоможе уникнути в їхній свідомості закріплення негативних оцінок щодо них самих та формування низької самооцінки.

5. Навчайте підлітка поважати свою гідність, розуміти свої вчинки, виховувати самоповагу, позитивне ставлення, розуміння, терплячість до оточуючих, їхніх оцінок щодо самого підлітка.

6. Сприяйте розвитку процесу самореалізації – активній праці самого підлітка щодо розвитку своєї особистості.

7. Створюйте умови щодо формування у підлітків інтересу до того, якими вони стануть у майбутньому – це могутній фактор саморозвитку “важкого” учня.

8. Допомагайте “важким” підліткам знайти свої життєві цілі – це зможе усунути багато проблем під час їхнього виховання.

Правила роботи з агресивними дітьми:

1. Бути уважним до потреб дитини.

2. Демонструвати модель неагресивної поведінки.

3. Бути послідовним у покаранні дитини, карати за конкретні вчинки.

4. Покарання не повинні принижувати дитину.

5. Навчати прийнятних способів вираження гніву.

6. Давати дитині можливість виявляти гнів безпосередньо після фрустрації.

7. Розвивати здатність до емпатії.

8. Розширювати поведінковий репертуар дитини.

9. Відпрацьовувати навички регулювання конфліктних ситуацій.

10. Учити брати відповідальність на себе.

Прийоми, які можна використовувати під час роботи з агресивними дітьми

1. Якщо агресія є усвідомленим, контрольованим актом з боку дитини, то для дорослого важливо не піддатися на таку маніпуляцію. При цьому доречно досить різко присікати агресивні дії або (якщо це не завдасть серйозної шкоди самій дитині та оточенню) ігнорувати їх.

2. Якщо агресія є виявом садомазохістських схильностей, психолог має працювати спільно з психотерапевтом і психіатром.

3. Якщо агресія є виявом гніву, можливе використання різноманітних стратегій впливу:

1) навчати дітей контролювати свої емоції і способи регулювання негативних почуттів без шкоди для оточення (цю стратегію використовують, якщо агресія виявляється у прямій формі). Наприклад, треба вчити змінювати пряму агресію на непряму за допомогою предметів-замінників, позбуватися внутрішнього напруження через активні дії, заняття спортом, рухливі ігри, вияв символічної агресії;

2) розвивати в дитини вміння знижувати рівень емоційного напруження через фізичну релаксацію.

Методи керування пасивно-агресивною поведінкою учнів

1. Зрозуміти, що пасивно-агресивна дитина може викликати в педагога у відповідь негативні почуття і неконструктивну поведінку.

2. Зрозуміти, що мета пасивно-агресивної дитини — вивести вчителя з рівноваги, домогтися, щоб він втратив контроль над собою.

3. Зрозуміти, що всі пасивно-агресивні тактики — це неприйнятні способи вираження гніву та злості.

4. Проаналізувати, як ви сприймаєте чиєсь роздратування і виражаєте свій гнів, щоб упевнитися, що ви самі не реалізуєте у своїй поведінці пасивно-агресивний стиль.

Поради вчителям по роботі з дітьми агресивної поведінки

- З агресивною дитиною не можна розмовляти на підвищених тонах — таким чином ви провокуєте посилення агресивних імпульсів. Послідовне використання спокійної, плавної мови дасть дитині змогу переключитися і почати слухати вас. При цьому особливо важливо визнати право дитини позбуватися своєї енергії різними способами, після чого вона почне прислухатися, у вас з'явиться шанс допомогти їй опанувати конструктивні методи виходу агресивних імпульсів.

- Деякі діти під впливом дорослих довгий час здатні стримувати свої агресивні імпульси навіть тоді, коли інші зачіпають їхню особистість («Битися недобре! Не зважай!»). Щоправда, ніхто не вчить не чути образ на свою адресу. Наслідок — час від часу в такої витриманої дитини відбувається сильний вилив емоцій. І якщо вона вже вдарить кривдника у такому стані, то не дивно, що це може призвести до його травмування. Тому,

як співають у пісні, «честь должна быть спасена мгновенно». Тоді буде набагато менше проблем.

- Агресивні вияви можна знімати за допомогою спеціальних вправ. Наприклад, навчити дитину зосереджувати увагу в момент імпульсу на своїх руках і навмисне стискати кулаки з максимальним напруженням. Гіпернапруження обов'язково зміниться релаксацією м'язів. І якщо агресія не минає, то принаймні стає керованою.
- Добре допомагає агресивним дітям і психофізичне тренування. Навички виконання вправи «Левітація рук» дозволяють зменшити загальний рівень агресивності й навчитися керувати собою в кризових ситуаціях.

Правила покарання агресивних дітей та підлітків

- Покарання не повинно шкодити здоров'ю дитини — ні фізичному, ні психічному. Понад те, воно має бути корисним. Якщо є сумніви, покарати чи ні, не карайте, навіть якщо вже зрозуміли, що надто м'які, довірливі й нерішучі. Жодної «профілактики», жодних покарань про всяк випадок».
- За один раз — одне. Навіть якщо провин багато, покарання може бути суворим, але тільки одне за все відразу» а не по одному за кожну провину. Салат із покарань — страва не для дитячої душі! Не можна карати за рахунок любові. Хай там ідо трапилося, не обмежуйте дитину в схваленні й заохоченні, на які вона заслуговує.
- Термін давності. Краще не карати, ніж карати із запізненням. Покарання із запізненням навіюють дитині минуле, не дають стати іншою.
- Покараний — пробачений. Інцидент вичерпано. Сторінку перегорнуто. Про старі гріхи ні слова. Не заважайте починати життя спочатку!
- Без приниження. Хай там що сталося, хай там якою є провина, покарання не повинно сприйматися дитиною як перемога нашої сили над її слабкістю, як приниження. Якщо дитина вважає, що ми несправедливі, покарання подіє тільки у зворотний бік.
- Дитина має боятися не покарання, не гніву, а нашого засмучення. Слід розуміти, що, не будучи досконалою, вона не може не засмучувати тих, хто її любить

Завідуюча філією

Н. М. Алексеєнко