**1 класс**

**Родительское собрание «Трудности адаптации первоклассников»**

Задачи:

1. Познакомить родителей с психологическими особенностями периода школьной адаптации.

2. Дать представления о причинах трудностей в обучении, связанных с недостаточным развитием познавательной сферы, отсутствием организации учебной деятельности (режима дня).

3. Обсудить способы поддержки ребенка в адаптационный период.

4. Помочь родителям в нахождении возможных путей преодоления трудностей.

**Оборудование:**

**Ход собрания.** Сегодня у нас нетрадиционное родительское собрание. Тема собрания: “Трудности адаптации первоклассников”. Ваш ребенок пошел в 1-й класс. Как изменилась его жизнь, что нового появилось, насколько он готов к этим изменениям и какие трудности могут встретиться на этом пути? Вот об этом мы сегодня с вами и будем вести разговор.

Вспомните все себя в возрасте ваших детей, вспомните школу, в которой вы учились и скажите, изменился ли современный ребёнок-первоклассник, по сравнению с ребёнком вашего детства? Изменилась ли школа?

*(Высказывания родителей, обсуждение).*

Обобщим сказанное: ***«***Да, современный ребёнок не тот, который был несколько лет, тем более несколько десятилетий тому назад».

**Современный первоклассник имеет следующие особенности:**

1. У детей **большие различия** паспортного и физиологического развития. Сегодня нет ни одного класса, где был бы ровный контингент учащихся.
2. У детей **обширная информированность** практически по любым вопросам. Но она совершенно бессистемна.
3. У современных детей **сильнее ощущение своего «Я**» и более свободное независимое поведение.
4. Наличие **недоверчивост**и к словам и поступкам взрослых. Нет веры во всё сказанное ими.
5. У современных детей более **слабое здоровье.**
6. Они в большинстве своём **перестали играть** в коллективные «дворовые» игры. Их заменили телевизоры, компьютеры. И как следствие - дети приходят в школу не обладая навыками общения со сверстниками, плохо понимают, как себя вести, какие существуют нормы поведения в обществе.

Школа тоже не та. Приоритетная цель современной школы – личностно-ориентированное обучение. Задачи построения такого обучения:

* Сформировать все психические процессы, которые обеспечат полноценное образование.
* Развить коммуникативную деятельность, умение общаться и сотрудничать с другими людьми.
* Сформировать учебную деятельность. Научить ребёнка учиться:
* уметь принимать учебную задачу;
* находить способы её решения;
* отбирать нужные средства;
* контролировать свои шаги;
* самому оценивать полученные результаты.

Какие плюсы даёт такое обучение?

**Ученику:**развитие ума, воли, чувств, формирование потребности учиться; радость от свободного умственного труда, творчества и общения; самостоятельность, уверенность, ответственность; стремление к сотрудничеству.

**Учителю:**изменение взгляда на образование ученика; технологию развития личности учащихся, их познавательных и созидательных способностей; расширение возможностей для творчества.

**Родителям:** уверенность в успешном будущем своего ребёнка.

Всегда ли эти плюсы можно получить? В каком случае? Чтобы ответить на эти вопросы проведем небольшой эксперимент.

 “Хлопок”

Покажите мне ладошку. А теперь попробуйте сделать одной ладошкой хлопок. Ну как? Либо не выходит, либо тяжело и рука быстро устает. Согласны? Ваши предложения… Нужна вторая ладошка. Я предлагаю вам альянс. Я готова дать вам вторую ладошку. Одна ладонь – вы, другая – *я.* Давайте попробуем (делаем по очереди хлопки: учитель-родитель). Заметила, что при этом процессе все вы улыбались. Хлопок – это результат действия двух ладоней.

Вывод, каким бы профессиональным не был бы ваш учитель, пусть он будет даже мастером … никогда без Вашей помощи ему не сделать того, что можно сделать вместе.

И запомните самое главное. Ваши дети – это теперь и мои дети. Их успехи – это мои успехи. Свою достойную старость вы готовите сегодня, и я готова Вам в этом помочь... Давайте вместе заботиться, помогать, слышать и слушать друг друга, и у нас все получится.

1. **Психологическая игра «Паровозик»**

*Инструкция:* предложить родителям объединиться по 3 человека и закрыть глаза. Ведущий с открытыми глазами в течении 2-3 минут водит всех по помещению. 1 вагон – «учитель», 2 вагон – родитель, 3 вагон – ребёнок. Это упражнение выполняется молча.

*Обсуждение*

Учитель обсуждает с родителями, что чувствовал каждый из них? (1 – могу быстрее, да не могу: веду, учу…, 2 вагон – куда иду не знаю, да ещё и «груз» за собой «тащу»… , 3 вагон – спотыкается, куда скажут туда и идёт…)

*Вывод:* необходимо доверять учителю, а родителям помогать своим детям.

1. **Упражнение «Слепой и поводырь»**

*Инструкция*: упражнение выполняется в родительских парах, где один из участников исполняет роль «поводыря», а другой – «слепого» (пары образуются по симпатиям). «Слепой» закрывает глаза, становится за спиной «поводыря» и кладет ему на плечо вытянутую руку. «Поводырь» водит «слепого», следя за тем, чтобы провести его наиболее комфортным способом. Задача «слепого» – быть внимательным к действиям «поводыря». Затем «поводырь» должен посадить «слепого» на стул и выбрать себе другого «слепого» (незнакомого для него родителя), которого он тоже должен провести по классу.

*Обсуждение*

Учитель обсуждает с родителями – «слепыми» их самочувствие во время проведения первого и второго этапа проведения этой игры. Было ли им уютно в своих ролях? Что хотелось сделать во время игры? Как изменить ситуацию? Какую роль было исполнять сложнее? Было ли страшно «слепому», если «нет», то почему?

*Вывод:* первоклассник как слепой котенок, ему уютнее и комфортнее со знакомым, любящим его человеком. И задача родителя: помочь ребёнку подружиться и, возможно, полюбить учителя.

**Обсуждение вопроса о проблемах адаптации ребёнка к школе**

Поступление в школу – переломный момент в жизни каждого ребёнка. Начало школьного обучения кардинальным образом меняет весь его образ жизни: надо систематически и напряжённо трудиться, соблюдать режим дня, подчиняться разнообразным нормам и правилам школьной жизни, выполнять требования учителя и т.д. Все дети наряду с переполняющими их чувствами радости, восторга или удивления по поводу всего происходящего в школе испытывают тревогу, растерянность, напряжение. Период адаптации к школе, связанный с приспособлением к её основным требованиям, существует у всех первоклассников.

**Адаптация** - процесс довольно длительный и трудный. И трудности испытывает не только первоклассник, но и родитель, и учитель. И если мы разберёмся в них, если научимся чувствовать друг друга, мы облегчим этот процесс всем, прежде всего нашим детям. Трудность или лёгкость адаптации зависит от особенности нервной системы; темперамента; черт характера; адаптационных способностей; адекватного опыта.

Незадолго до этого собрания было проведено анкетирование родителей с целью установления уровня адаптации. (приложение 1)

Анализ результатов анкетирования показал, что 36% учеников класса успешно адаптировались к школе. 20 % учеников имеют средний уровень адаптации и 44% низкий уровень адаптации. (Приложение 2)

**Психологические особенности адаптации первоклассников к школе**

Психологическая адаптация ребенка к школе охватывает все стороны детской психики: личностно-мотивационную, волевую, учебно-познавательную.

В процессе школьного обучения главное - научить детей осознавать учебную задачу. Достижение такой цели требует от учащихся определенных усилий и развития целого ряда важных учебных качеств таких как:

1. Личностно-мотивационное отношение к школе и учению: желание (или нежелание) принимать учебную задачу, выполнять задания педагога, то есть учиться.
2. Принятие учебной задачи: понимание задач, поставленных педагогом; желание их выполнять; стремление к успеху или желание избежать неудачи.
3. Представления о содержании деятельности и способах ее выполнения:

уровень элементарных знаний и умений, сформированных к началу обучения.

1. Информационное отношение: обеспечивает восприятие, переработку и сохранение разнообразной информации в процессе обучения.
2. Управление деятельностью: планирование, контроль и оценка собственной деятельности, а также восприимчивость к обучающему воздействию

Следовательно, даже высокий уровень познавательной активности еще не гарантирует достаточную мотивацию учения. Необходимо, чтобы был высокий общий уровень развития ребенка и развиты ведущие качества личности.

 В период приспособления ребенка к школе наиболее значимые изменения происходят в его поведении. Как правило, показателем трудностей адаптации являются такие изменения в поведении, как чрезмерное возбуждение и даже агрессивность или, наоборот, заторможенность, депрессия и чувство страха, нежелание идти в школу. Все изменения в поведении ребенка отражают особенности психологической адаптации к школе.

 Понимая особенность этого этапа в жизни ребёнка, родители могут помочь своим детям безболезненно, более естественно войти в школьный режим. Важно помнить, что как пройдет период адаптации у ребёнка, так он и будет учиться в дальнейшем. Поэтому родители должны настроить, прежде всего, себя на хорошее, позитивное настроение и отношение к школе и с радостным, весёлым настроением проводить ребёнка в школу.

**Задание для родителей**

-Что обеспечит успех ребёнка в школе?

-Что больше всего способствует возникновению желания учиться?

Выберите из предложенных в данном перечне три, по вашему мнению, главных фактора, рассмотрите их по степени значимости.

а) Физическое здоровье.

б) Развитый интеллект.

в) Умение общаться и способность взаимодействовать со сверстниками.

г) Умение считать и читать.

д) Выносливость и работоспособность.

е) Аккуратность и дисциплинированность.

ж) Хорошая память и внимание.

з) Инициативность, воля и способность действовать самостоятельно.

- Обоснуйте свой выбор.

Вывод:

Учение в школе - это новый период в жизни вашего малыша. Очень важно, чтобы с первых дней пребывания в школы ребенок чувствовал себя комфортно. От этого будет зависеть успешность его обучения и общения в школе. Дети далеко не одинаково легко «вживаются» в новые условия жизни - школьное обучение.

Важно знать, что адаптация – это длительный процесс, связанный с напряжением всех систем организма.

По данным обследования примерно 50 – 60% детей адаптируются в течение первых 2-3 недель. У них преобладает хорошее настроение, активное отношение к учёбе, желание посещать школу.

Примерно 30% детей требуется больше времени для привыкания к новой жизни. Эти дети предпочитают до конца I полугодия игровую деятельность учебной, часто дерутся, капризничают, плачут.

Примерно 14% детей болезненно и длительно привыкают к школе. Наиболее напряженными для всех детей являются первые 4 недели обучения.

Адаптация у каждого ребенка протекает по-разному. Выделяют группы детей, дающих легкую адаптацию, средней тяжести и тяжелую.

Дети, посещавшие ранее детский сад, адаптируются легче, чем домашние.

Легкую адаптацию и адаптацию средней тяжести можно считать закономерной реакцией организма на изменившиеся условия жизни. В свою очередь, выраженность и длительность самого процесса адаптации зависят от состояния здоровья ребенка к началу систематического обучения.

Легче переносят период поступления в школу и лучше справляются с умственной и физической нагрузкой здоровые дети, с нормальным функционированием всех органов и систем и гармоничным физическим развитием.

**Психологические условия адаптации ребёнка к школе.**
 Для оптимизации адаптационного периода первоклассников им необходимо помочь познакомиться друг с другом, с учителями, с новой учебной ситуацией, со школой и школьными правилами.
Для первоклассников особенно важно:
- помочь ребенку вжиться в позицию школьника (поэтому важно показать различие: школьник - не школьник). Для этого нужно беседовать с ребенком о том, зачем нужно учиться, что такое школа, какие в школе существуют правила. Для первоклассника очень важно почувствовать себя принятым в школьную семью. Для успешного школьного обучения, ребенок должен быть достаточно уверен в себе, в своих силах, своих возможностях и способностях. Положительное представление о себе как о школьнике, даст ему возможность лучше адаптироваться к изменившимся условиям жизни и твердо встать на позицию школьника, а так же сформирует эмоционально-положительного отношение к школе;
- простроить режим дня школьника. Составить режим школьного дня с обоснованием его последовательности;
- ввести понятие оценки, самооценки и различные ее критерии: правильность, аккуратность, красота, старательность, интерес и выработать вместе с ребенком способы, как все это можно достичь;
- научить ребенка задавать вопрос (не столько в процедурном плане, сколько в смысле решимости);
- развивать у детей способность управлять своими эмоциями, то есть развитие произвольности поведения. Школьник должен уметь внимательно слушать и точно выполнять задание, предлагаемые в устной форме и по зрительно воспринимаемому образцу;

- развивать навыки общения. Навыки общения позволят адекватно действовать в условиях коллективной учебной деятельности. Усвоение способов учебной деятельности требует от учащихся умения взглянуть на себя и свои действия со стороны, объективно оценить себя и других участников совместной коллективной деятельности. Не стоит удивляться, если через какое-то время родители детей, не имевших разнообразного опыта общения со сверстниками, столкнутся с их нежеланием ходить в школу, а также с жалобами на то, что их все обижают, никто не слушает, учитель не любит и т. п. Необходимо научится адекватно реагировать на такие жалобы. Прежде всего, покажите ребенку, что Вы его понимаете, посочувствуйте ему, никого при этом не обвиняя. Когда он успокоится, попробуйте вместе проанализировать причины и последствия сложившейся ситуации, обсудите, как вести себя в будущем в подобном случае. Затем можно перейти к обсуждению того, как можно исправить положение теперь, какие шаги предпринять, чтобы завести друзей и завоевать симпатии одноклассников. Нужно поддержать ребенка в его попытках справиться с возникшими трудностями, продолжить ходить в школу, показать искреннюю веру в его возможности.

**Что должна делать семья, чтобы ребёнок был более успешным, инициативным, талантливым?**

От успехов ребёнка в первые дни в школе зависит и успех адаптации. Прежде всего надо ответить на вопрос: «Какие качества нужно формировать в ребёнке, чтоб он не стал посредственным?»

* Нужно стараться, чтобы ребёнок дольше оставался **«почемучкой»**. Школьник, не задающий вопросов, - это повод для родительской тревоги.«Любознательность создаёт учёных».
* Семья должна формировать **культ интеллекта** – в создании домашней библиотеки, в интересных беседах, спорах. Нужно всё начинать делать вместе с ребёнком.
* Нужно ставить ребёнка в **ситуацию размышления**. Задача взрослого не столько в том, чтобы отвечать на вопрос ребёнка, сколько в том, чтобы побудить его думать, предлагать, выбирать.
* Нужно научить ребёнка **анализировать** свою работу. Не указывать на совершённую ошибку в работе, а направлять его внимание на поиск её.
* Необходимо **развивать внимание и память**ребёнка.
* Благоприятно действует на него **ситуация успеха.** Она удовлетворяет потребность ребёнка в самоуважении и повышении престижа.
* Оценивая результаты деятельности ребёнка, **не переносить их на личность самого ребёнка.** Он как личность всегда хороший и желанный для своих родителей.
* **Почаще ставить себя на место своего ребёнка и вспоминать себя в его возрасте.**

Несогласованность требований школы, семьи и улицы приводит ребёнка в состояние растерянности, создаёт для него большие проблемы, которые он сам решить не может. Без семьи школа не в состоянии помочь ребёнку выйти из противоречий. А сегодня налицо тенденция невмешательства родителей в школьные дела своих детей. Проживая в школе немалую часть собственной жизни, ваш ребенок порой не умеет рассказать о ней так, чтобы вы получили бы более или менее четкое представление о радостях, переживаниях, успехах и трудностях ребенка. Предлагая вам несколько несложных методик родительской диагностики, надеемся, что они позволят довольно легко и естественно проникнуть в школьный мир вашего ребенка.

Пользуясь ими, старайтесь не забывать о несколькихважных вещах:

- к рассказу, информации, собственному отношению к человеку или событию, которые доверил вам ребенок, следует относиться «педагогически осторожно». Если ребенок заподозрит, что вы злоупотребляете его откровенностью, то он не станет больше доверять вам;

- приложите максимум своей изобретательности, способности к педагогической импровизации для того, чтобы разговоры с ребенком на школьные темы по возможности не возникали нарочно, по обязанности и принуждению; помните, что в обычном клубке дневных забот почти всегда отыщется едва заметная ниточка-повод «кстати», потянув за которую и можно начать нужный вам разговор;

- поверьте, что ваш ребенок наблюдает за вашей жизнью, работой, делами не меньше, чем это делаете вы в отношении его школьных событий. Спокойно, в меру откровенно и доступно рассказывая ему о своих заботах и радостях, вы сможете рассчитывать и на его открытость. Если такой обмен, диалог станет привычным уже в начальной школе, тогда, даже вступив в пору «трудной подростковости», ваш ребенок не замкнется.

 ***«Пять вопросов в конце недели»***

Вечером последнего учебного дня недели, после (во время) ужина или перед тем, как ребенок ляжет спать, поговорите с ним, обсудив несколько простых вопросов:

- Доволен ли ребенок тем, как прошла школьная неделя, и почему?

- Что за пять учебных дней стало для него главным, показалось интересным, расстроило, обрадовало?

- Какие «роли» ему пришлось выполнять за неделю (ученик, дежурный, зритель, участник дела, события, победитель, наказанный, помощник и т.д.)? Выполнение каких ролей ему понравилось, а каких - нет?

- Какой из дней запомнился более всего? Почему?

- С чем связана для него грядущая неделя? Будет ли она в его представлении трудной, радостной, скучной, успешной?

***«Беседа по классной фотографии»***

Положите перед собой классную фотографию вашего ребенка. Пусть для начала он «познакомит» вас с одноклассниками, покажет соседей по парте, ряду. В дальнейшем через фотографию можно будет подробно расспрашивать ребенка о взаимоотношениях в классе, о его личных симпатиях и антипатиях. Старайтесь, чтобы ваш сын (дочь) больше говорил о положительном и интересном в отношениях с одноклассниками. Не провоцируя ребенка на «ябедничество», нужно очень тонко дать понять, что вас интересуют не столько конфликты или проступки ребят сами по себе, сколько его собственное отношение к этому. Лучше не задавать вопросов типа «Кто у вас в классе больше всех хулиганит?» или «У кого самые плохие оценки?».

В конце концов, если ребенок действительно захочет, он случайно или специально расскажет об этом сам. Предпочтительнее задавать вопросы, помогающие создать, укрепить положительное, доброе, уважительное отношение к одноклассникам: «К кому можно обратиться за помощью?», «С кем интереснее всего играть?», «Кто самый веселый?» и т.п.

 ***«Как я закончу четверть (год)?»***

За две-три недели до конца четверти (учебного года) предложите ребенку составить собственный прогноз итоговых оценок. Нарисуйте вместе с ним будущий табель и попросите выставить ожидаемые отметки. Объясните, что лучше стремиться оценивать будущие достижения реально-оптимистично, а не мечтательно-предположительно. Кто-то из детей уже в начальной школе имеет склонность к занижению собственных (даже неплохих) достижений, кто-то, напротив, оценивает свои будущие результаты необоснованно высоко. Когда вы получите настоящий табель и положите его рядом с «прогнозом», у вас будет тема для разговора с ребенком. При этом педагогическим смыслом разговора должно стать не только обсуждение результатов учебы, но и степень точности составленного заранее прогноза.

 ***«Плюсы и минусы школьного дня»***

Это несложная диагностика-игра, позволит вам достаточно объективно оценивать ежедневное настроение ребенка, связанное со школой. На листке бумаги или с помощью двух видов предметов (например, пуговицы и бусинки; зерна красной и белой фасоли и т.п.) нужно «нарисовать» прошедший школьный день. Чего в нем оказалось больше - радостного или неприятного, хорошего или плохого? Главное - увидеть общее настроение, а не допытываться по поводу каждого «плюса» и «минуса», хотя вполне вероятно, что о некоторых из них ребенок захочет рассказать Вам сам.

 ***«Копилка школьных успехов»***

Поставьте в специальном месте стеклянную (пластиковую) банку или прозрачную коробочку. Отныне это - «копилка школьных успехов», в которую, к примеру, будут «складываться» «пятерки» и «четверки». Не сами по себе, конечно, а в виде чего-то материального. Например, тех же зерен крупной фасоли или крупных макарон-ракушек.

Предвидя возможный родительский соблазн, предупредим сразу: играть в то, что за получаемые «пятерки» вы будете складывать в копилку пятирублевые монеты, не стоит. Даже не будем объяснять, почему. Причин, поверьте, более чем достаточно. Гораздо разумнее, чтобы содержимое «копилки» оставалось условным. Более того, пусть ребенок кладет туда фасолинки или ракушки самостоятельно. Поверьте, искушение быстренько заполнить баночкунеполученными по-настоящему отметками пройдет быстро, а возможно, и не возникнет вовсе. Ваша задача - сделать игру привлекательной и простой. Как? Довольно просто.

Как только «копилка» оказывается заполненной, удивите сына или дочку приятным сюрпризом и... верните фасоль или ракушки наих обычное кухонное место. Пусть все начнется сначала. Лучше, если наградой за полную копилку станет не выполнение заранее данного ребенку обещания (куплю, подарю и т.д.), а что-то пусть вовсе не дорогое, но удивительное и неожиданное.

Объем копилки лучше выбрать такой, чтобы ее заполнение, с одной стороны, не растягивалось на бесконечные месяцы, а с другой - не становилось делом пяти дней. Разумеется, возможны варианты: короткие макаронины-бочонки, к примеру, удобно нанизывать на вертикальный стержень, а фасолины выкладывать по кругу в большой красивой вазе.

Да! Ни в коем случае не забирайте ничего из копилки в качестве наказания за двойки или замечания. Во-первых, это может сделать процесс заполнения практически бесконечным, а значит, бессмысленным, а во-вторых, это попросту несправедливо.

**Рефлексия**

Я думаю, что наша встреча не прошла зря. Вы получили много рекомендаций, ответы на волнующие вас вопросы, встретились со специалистами, а теперь пришла пора подвести итоги нашей встречи.

**Итог собрания**

Известный педагог и психолог Симон Соловейчик в одной из своих книг опубликовал правила, которые могут помочь родителям подготовить ребёнка к самостоятельной жизни среди своих одноклассников в школе в период адаптационного периода.

**Закон 1**

Дорожите любовью своего ребенка. Помните, от любви до ненависти только один шаг, не делайте необдуманных шагов!

**Закон 2**

Не унижайте своего ребенка. Унижая его самого, вы формируете у него умение и навык унижения, который он сможет использовать по отношению к другим людям. Не исключено, что это будете Вы.

**Закон 3**

Не угрожайте своему ребенку. Угрозы взрослого приводят к боязни и ненависти.

**Закон 4**

Не налагайте запретов. То, что категорически запрещено, очень хочется попробовать, не забывайте об этом.

**Закон 5**

Не опекайте своего ребенка там, где можно обойтись без опеки; дайте возможность маленькому человеку самостоятельно стать большим.

**Закон 6**

Не идите на поводу у своего ребенка, умейте соблюдать меру своей любви и меру своей родительской ответственности.

**Закон 7**

Развивайте в себе чувство юмора. Учите своего ребенка смеяться над собой! Это лучше, чем над ним будут смеяться другие люди.

**Закон 8**

Не читайте своему ребенку бесконечные нотации, он их просто не слышит!

**Закон 9**

Будьте всегда последовательны в своих требованиях. Хорошо ориентируйтесь в своих «да» и «нет».

**Закон 10**

Не лишайте своего ребенка права быть ребенком. Дайте ему возможность побыть озорником и непоседой, бунтарем и шалуном. Период детства весьма скоротечен, а так много нужно успеть попробовать, прежде чем станешь взрослым. Дайте возможность своему ребенку быть им во время детства, иначе период детства будет продолжаться и в его взрослой жизни. Это может обернуться серьезными последствиями и для Вашего ребенка и для Вас, родители!

*Помните, что самое большое родительское счастье – видеть состоявшихся, умных и благодарных детей!*

*Мы желаем вам успехов!*

**2 класс**

**«Детская агрессия. Причины и пути преодоления»**

**Каждый может разозлиться - это легко.**

 **Но разозлиться настолько, насколько нужно**

**и по той причине, по которой нужно, -**

**это дано не каждому"**
***Аристотель***

**Цель:**

психолого-педагогическое просвещение родителей учащихся по проблеме о причинах и пути преодоления детской агрессии.

 **Задачи:**

1. Обсудить с родителями причины детской агрессии, ее влияние на поведение ребенка.

2. Формировать у родителей культуру понимания проблемы детской агрессии и путей ее преодоления.

**Подготовительная работа:**

1***. Анкетирование детей и родителей по проблеме.
Анкета для родителей***

 *— Бывает ли ваш ребенок агрессивным?*

*— В каких ситуациях он проявляет агрессию?*

*— Против кого он проявляет агрессию?*

*— Что вы предпринимаете в семье, чтобы преодолеть агрессивность ребенка?****Анкета для учащихся***

Чаще всего я радуюсь, когда...
Чаще всего я смеюсь, когда...
Чаще всего у меня хорошее настроение, когда...
Чаще всего я плачу, когда...
Чаще всего я злюсь, когда...
Чаще всего я обижаюсь, когда...
Мне хорошо, когда меня...
Мне плохо, когда меня...

***2. Беседа «Десять моих «Я».***

***3. Выставка рисунков «Мои чувства».***

***4 .Составление памятки родителям.***

**Ход педагогического всеобуча**

Уважаемые папы и мамы! Сегодняшнюю встречу мне хотелось бы начать с разговора о проблеме детской агрессии. Этот разговор не случаен. Сегодня мы сталкиваемся с разгулом агрессии не только в обществе, но и наблюдаем пропаганду агрессии и насилия с экранов телевизоров, дисплеев компьютеров.
Агрессию проявляют не только подростки и взрослые, как принято считать. Агрессию проявляют и малыши. С чем это связано? Как бороться с проявлением детской агрессии? На эти и другие вопросы мы попытаемся сегодня ответить.

**Что такое агрессивность?**

Латинское слово «агрессия» означает «нападение», «приступ». В психологическом словаре приводится следующее определение:

«Агрессия – деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам существования людей в обществе, приносящее физический или моральный ущерб людям, или вызывающее у них психологический дискомфорт».

Причины появления агрессии у детей могут быть самыми разными. Возникновению агрессивных качеств способствуют некоторые соматические заболевания или заболевания головного мозга. Огромную роль играет воспитание в семье, причем с первых дней жизни ребенка.

**Портрет агрессивного ребенка**

Почти в каждом коллективе детей, встречается хотя бы один с признаками агрессивного поведения. Он нападает на остальных, обзывает их, намерено употребляет грубые выражения, т.е. становится «грозой » всего коллектива. Этого ершистого, драчливого, грубого ребенка трудно принять таким, какой он есть, а еще труднее понять.

Однако, агрессивный ребенок, как и любой другой, нуждается в ласке и помощи взрослых, потому, что его агрессия – это прежде всего, отражение внутреннего дискомфорта, неумения адекватно реагировать на происходящие вокруг него события. Агрессивный ребенок часто ощущает себя отверженным, никому не нужным. «Как стать любимым и нужным» - неразрешимая проблема, стоящая перед ребенком. Вот он и ищет способы привлечения внимания взрослых и сверстников. Вот как описывает известный детский психолог Н.Л.Кряжева поведение этих детей: «Агрессивный ребенок, используя любую возможность, стремится разозлить маму, учителя, сверстников; он не успокоится до тех пор, пока взрослые не взорвутся, а дети не вступят в драку».

Агрессивные дети часто подозрительны и насторожены, любят перекладывать вину за затеянную ими ссору на других. Такие дети часто не могут сами оценить свою агрессивность, они не замечают, что вселяют в окружающих страх и беспокойство. Им, напротив, кажется, что весь мир хочет обидеть именно их. Таким образом, получается замкнутый круг: агрессивные дети боятся и ненавидят окружающих, а те, в свою очередь, боятся их.

**Причины детской агрессии**

Почему ребенок становится агрессивным? Ведь эмоции злости и гнева запускают агрессию, но не обязательно приводят к ее проявлению.

Исследования в области изучения детской агрессии, что на формирование данной особенности влияют:

1. ***негативизм матери*** *(ее отчужденность, равнодушие, постоянная критика);*
2. ***безразличное отношение, игнорирование агрессивных проявлений ребенка по отношению к другим детям и взрослым*** *(фактически поощрение агрессивного поведения);*
3. ***суровость дисциплинарных воздействий*** *(физическое наказание, психологическое давление, унижение).*

На формирование детской агрессии может воздействовать предрасположенность к возбудимости нервной системы. Но речь идет только о предрасположенности! Практика показывает, что на агрессивность ребенка больше воздействуют социальная среда и его окружение. Агрессивный ребенок скорее вырастет в семье с агрессивными родителями, но не потому, что это передается генетически, а потому, что родители не умеют справляться со своей агрессивностью. Поэтому и не смогли научить этому своего ребенка.

Можно выделить еще несколько причин детской агрессии:

• *Борьба за внимание*

Если ребенок не ощущает со стороны родителей нежности, любви, ласки, то он мечтает хоть каким-то способом привлечь к себе внимание. Кроме того, агрессивным поведением ребенок может проверять искренность родительской любви. Он хочет, чтобы его любили со всеми его недостатками. А нередко родительская любовь носит оценочный характер: «Ты хорошо себя вел, таким я тебя люблю» или «Ты сегодня подрался с Петей, я не люблю тебя».

• *Обида на родителей*

Будучи не в силах высказать свою обиду на родителей, дети начинают вести себя агрессивно. Причины детской агрессии могут быть разными: появление младшего ребенка в семье, развод родителей, появление отчима, отлучение ребенка от семьи (положили в больницу, отправили к бабушке), невыполненное обещание, несправедливое наказание…
 • *Неуверенность в себе*

Часто бывает, что ребенок, чувствуя себя ненужным, бестолковым, начинает вести себя агрессивно. В этом случае детская агрессия выступает как защитная реакция. Однократные попытки агрессивного поведения, пожалуй, встречаются у каждого ребенка. И только от родителей зависит, превратится ли эта попытка в закономерное поведение или исчезнет, не оставив и следа.

**Понимание агрессивности младшими школьниками**

В психолого-социальном центре был проведен мини-опрос среди детей, с целью выяснить, как они понимают агрессивность.

Вот какие ответы дали агрессивные и неагрессивные дети:

1. ***Каких людей ты считаешь агрессивными?***

|  |  |
| --- | --- |
| Ответы агрессивных детей | Ответы неагрессивных детей |
| *Маму, папу, потому что они ругаются, бьют, дерутся* | *Преступников, бандитов, охотников, потому что они убивают людей и животных* |

1. ***Как бы ты поступил, если бы встретился с агрессивным взрослым (ребенком)?***

|  |  |
| --- | --- |
| Ответы агрессивных детей | Ответы неагрессивных детей |
| *Начал(а) бы драться; ударил(а)* *бы; обрызгал(а) бы, испачкал(а) бы* | *Прошел бы мимо, позвал бы на помощь знакомых, ушел бы, убежал бы* |

1. ***Считаешь ли ты себя агрессивным?***

|  |  |
| --- | --- |
| Ответы агрессивных детей | Ответы неагрессивных детей |
| *Нет* | *Нет* |

Из опроса видно, что у агрессивных детей количество реакций даже на стандартные ситуации очень ограничено. Чаще всего это защитные реакции. К тому же дети не могут посмотреть на себя со стороны и адекватно оценить свое поведение. Таким образом, дети часто перенимают агрессивные формы поведения у родителей.

**Анализ анкет учащихся**

Анализ анкет показывает, что чаще всего дети анализируют качества своего характера с позиции взрослых. Если родители постоянно пытаются подчеркивать достоинства своего ребенка не только перед другими людьми, но и в первую очередь в своем доме, то, безусловно, ребенок будет стараться проявлять те качества, которые в нем подчеркивают родители.
Если родители постоянно демонстрируют плохие качества своего ребенка, особенно перед чужими людьми, то и ребенку как бы уже нечего терять, порог стыдливости и ответственности преодолен, и можно продолжать делать плохо.

**Как выявить агрессивного ребенка?**

***Критерии агрессивности***

*Ребенок:*

* Часто теряет контроль над собой.
* Часто спорит, ругается с взрослыми.
* Часто отказывается выполнять правила.
* Часто специально раздражает людей.
* Часто винит других в своих ошибках.
* Часто сердится и отказывается сделать что-либо.
* Часто завистлив, мстителен.
* Чувствителен, очень быстро реагирует на различные действия окружающих (детей и взрослых), которые нередко раздражают его.

Предположить, что ребенок агрессивен, можно лишь в том случае, если в течение не менее 6 месяцев в его поведении проявились хотя бы 4 из перечисленных признаков.

**Как помочь агрессивному ребенку?**

Работа с такими детьми должна проводиться в 3-х направлениях:

1. Работа с гневом. Обучение агрессивных детей приемлемым способам выражения гнева.
2. Обучение детей навыкам распознавания и контроля, умению владеть собой в ситуациях, провоцирующих вспышки гнева.
3. Формирование способности к эмпатии, доверию, сочувствию, сопереживанию.

**Работа с гневом**

Человек, постоянно подавляющий свой гнев, более подвержен риску психосоматических расстройств. Поэтому от гнева необходимо освобождаться. Просто мы должны научиться сами и научить детей выражать гнев приемлемыми, неразрушительными способами.

1. ***Игра «Обзывалки»***

Когда накаляется обстановка, можно заранее договориться называть друг друга разными необидными словами (заранее обговаривается условие, какими обзывалками можно пользоваться. Это могут быть названия овощей, фруктов, грибов или мебели). Каждое обращение должно начинаться со слов: «А ты, …, морковка!» Помните, что это игра, поэтому обижаться друг на друга не будем. В заключительной пикировке обязательно следует сказать что-нибудь приятное, например: «А ты, …, солнышко!»

1. ***«Мешочек для криков»***

Когда закипает гнев, можно подойти к «Мешочку для криков» и как можно громче покричать в него. Таким образом, ребенок «избавляется» от своего крика.

1. ***«Бумажка в кармане»***

 Если ребенок постоянно грубит, дерется, то можно договориться с ним, что в следующий раз, как только ему захочется на перемене с кем-то подраться, он порвет на мелкие кусочки или скомкает бумагу, которая всегда лежит у него в кармане.

**Обучение навыкам распознавания и контроля негативных эмоций**

Для того чтобы дети могли верно оценивать свое состояние, а в нужный момент и управлять им, необходимо научить каждого ребенка понимать себя, и, прежде всего – ощущения своего тела. Сначала можно потренироваться перед зеркалом: пусть ребенок скажет, какое у него в данный момент настроение, и что он чувствует. Дети очень чутко воспринимают сигналы своего тела и с легкостью описывают их.

В книге К.Фопеля «Как научить детей сотрудничать» приводится игра ***«Камушек в ботинке».***

В эту игру полезно играть, когда ребенок обижен, сердит, расстроен, когда внутренние переживания мешают ребенку заниматься делом, когда назревает конфликт.

Игра проходит в 2 этапа.

***1 этап (подготовительный).***

«Случалось ли, что вам в ботинок попадал камушек? Сначала камушек не очень мешает, мы пытаемся отодвинуть его, найти удобное положение для ноги, но постепенно нарастает боль и неудобство, может даже появиться ранка или мозоль. И тогда даже если очень не хочется, нам приходится снимать ботинок и вытряхивать камушек. Он почти всегда совсем крошечный, и мы даже удивляемся, как такой маленький предмет смог причинить нам такую большую боль. Нам-то казалось, что там огромный камень с острыми, как лезвие бритвы, краями». Далее вы говорите ребенку: «Случалось ли, что вы так и не вытряхивали камушек, а, придя, домой, просто снимали ботинки?» Тогда в освободившейся от ботинка ноге боль стихала, происшествие забывалось. Но наутро, сунув ногу в ботинок, мы внезапно ощущали острую боль, соприкоснувшись со злополучным камушком. Боль, причем, более сильная, чем накануне, обида, злость, - вот такие чувства испытывают обычно дети. Так маленькая проблема становится большой неприятностью.

***2 этап.***

«Когда мы сердимся, чем-то озабочены, взволнованы, нами это воспринимается как маленький камушек в ботинке. Если мы сразу же почувствуем неудобство, вытащим его оттуда, то нога останется невредимой. А если оставим камушек на месте, то у нас, скорее всего, возникнут проблемы, и немалые. Поэтому всем людям – и взрослым, и детям – полезно говорить о своих проблемах сразу, как только они их заметят».

Далее вы говорите: «Давайте договоримся: если кто-то из вас скажет: «У меня камушек в ботинке», мы сразу поймем, что вам что-то мешает, и сможем поговорить об этом.

Поиграв несколько раз в эту игру, дети в дальнейшем испытывают потребность рассказывать о своих проблемах. Игра «Камушек в ботинке» особенно полезна для тревожных детей.

Когда ребенок научится распознавать собственные эмоции и говорить о них, можно перейти к следующему этапу работы.

**Формирование способности к эмпатии, доверию, сочувствию, сопереживанию**

Агрессивные дети, как правило, имеют низкий уровень эмпатии.

***Эмпатия*** – это способность чувствовать состояние другого человека, умение вставать на его позицию. Агрессивных же детей чаще всего не волнуют страдания окружающих, они даже представить не могут, что другим людям может быть неприятно и плохо.

Научившись сопереживать окружающим людям, агрессивный ребенок сможет избавиться от подозрительности и мнительности, которые доставляют так много неприятностей и ему самому, и тем, кто находится с ним рядом. Как следствие – научится брать на себя ответственность за совершенные им действия, а не сваливать вину на других.

Правда, взрослым тоже не помешает избавиться от привычки обвинять его во всех смертных грехах. Например, если ребенок швыряет в гневе игрушки, можно, конечно, сказать ему: «Ты негодник! От тебя одни проблемы. Ты всегда мешаешь всем!» Но вряд ли такое заявление снизит эмоциональное напряжение «негодника». Наоборот, ребенок, который и так уверен, что он никому не нужен и весь мир настроен против него, обозлится еще больше. В таком случае гораздо полезнее сказать ребенку о своих чувствах, используя при этом местоимение «я», а не «ты». Например, вместо: «Ты, почему не убрал игрушки?», можно сказать: «Я расстраиваюсь, когда игрушки разбросаны».

Таким образом, вы ни в чем не обвиняете ребенка, не угрожаете ему, даже не даете оценки его поведению. Вы говорите о себе, о своих ощущениях. Как правило, такая реакция взрослого сначала шокирует ребенка, ожидающего града упреков в свой адрес, а затем вызывает у него чувство доверия.

 **Памятки родителям по предупреждению детской агрессивности**

* Постарайтесь сохранить в своей семье атмосферу открытости и доверия.
* Не давайте своему ребенку несбыточных обещаний, не вселяйте в его душу несбыточных надежд.
* Не ставьте ребенку каких бы то ни было условий.
* Будьте тактичны в проявлении мер воздействия на ребенка.
* Не наказывайте своего ребенка за то, что позволяете делать себе.
* Не изменяйте своим требованиям по отношению к ребенку в угоду чему-либо.
* Не шантажируйте ребенка своими отношениями друг с другом.
* Не бойтесь поделиться с ребенком своими чувствами и слабостями.
* Не ставьте свои отношения с собственным ребенком в зависимость от его учебных успехов.
* Помните, что ребенок — это воплощенная возможность! Воспользуйтесь ею так, чтобы эта возможность была реализована в полной мере!
***«Золотые правила», которые необходимо учитывать родителям детей, склонных к агрессивному поведению (слайд 20)***
* Не фиксировать внимание всех на поведение ребенка
* Веское осуждение агрессии (но без жестких наказаний)
* Выяснение причины тактично и спокойно, ее устранение
* Снятие агрессии через игры и тренинг
* Похвала ребенка при любых позитивных сдвигов в поведении

**Рефлексия**

 ***1. Обмен мнениями родителей об услышанном в ходе всеобуча***

***2. – А теперь закончите фразы*** ***(слайд 21):***

*Теперь я знаю…*

*В общении с ребенком я буду…*

*Мне больше всего запомнилось…*

*Я нашел ответ на…*

**3 класс**

**Тема: «Буллинг и насилие. Как вести себя, если ребенок рассказывает Вам о насилии в отношении него в группе сверстников? »**

**Цель:** изучение насилия среди сверстников; организация профилактики агрессивного поведения ребенка.

**Задачи:** выделить основные виды насилия; рассмотреть школьное насилие, буллинг как форму школьного насилия; организовать работу по предупреждению и профилактике насилия среди сверстников.

Буллинг – школьное насилие, издевательства и унижения в отношении ученика со стороны других учащихся или учителей. Это систематическое проявление [агрессии](https://psychologist.tips/1223-agressiya-chto-eto-v-psihologii-prichiny-vidy-sposoby-borby.html) и причинение вреда. Буллинг чаще встречается в [подростковой среде](https://psychologist.tips/160-perehodnyj-vozrast-i-krizis-u-podrostkov-sovety-psihologa.html).

Само слово происходит от английского bully, что значит «хулиган, драчун, грубиян, задира, насильник». Термин «буллинг» ввел норвежский психолог Дан Ольвеус в 1993 году. Автор определял буллинг как «преднамеренное систематически повторяющееся агрессивное поведение, включающее неравенство социальной власти или физической силы». С тех пор началось активное изучение проблемы, методов ее профилактики и преодоления.

Цель буллинга – вызвать[страх](https://psychologist.tips/162-kak-izbavitsya-ot-straha-sovety-psihologa.html) у объекта травли, подчинить его себе. Достигается это за счет запугиваний, психологического и физического притеснения.

Таким образом, для буллинга характерно:

* Намеренные и неспровоцированные попытки одного человека или группы людей причинить вред (моральный, физический, психологический) другому человеку или людям.
* Психологическая и физическая слабость и нестабильность жертвы, либо восприятие ей обидчика как более сильного.
* Особенности современного буллинга

Современный буллинг осложнен активностью подростков в[социальных сетях](https://psychologist.tips/2419-sotsialnye-seti-dlya-obshheniya-kak-faktor-sotsializatsii-problemy-i-pravila-v-seti-progress-ili-regress-obshhestva.html). Дети не просто издеваются, а записывают это на видео и распространяют в сети интернет. Не исключено, что в некоторых случаях идея снять видео («хайпануть») является первичной, а уже затем выискивается жертва и составляется сценарий «крутого» видео.

Дети до 14 лет отличаются особой жестокостью, так как не боятся уголовной ответственности (видео – прямое доказательство). Мало кто из агрессоров признает свою вину, чаще звучит «он заслужил», «он сам виноват».

К другим особенностям буллинга в наши дни относится:

* В средних и старших классах распространена косвенная травля.
* Мальчики отличаются сменой ролей, чаще бывают хамелеонами.
* Девочки чаще страдают от сплетен, негативных высказываний и жестов. Мальчики подвергаются физическому насилию, угрозам, принуждению, хищению вещей.
* Девочки чаще бывают провоцирующими жертвами.
* 89 % учащихся сталкиваются с буллингом. Из них 8 % – агрессоры, 22 % – жертвы, 43 % – хамелеоны, 16 % – наблюдатели.
* Девушки чаще вовлечены в буллинг, чем юноши. Но они же чаще становятся наблюдателями.

**Виды буллинга**

Буллинг бывает прямым и косвенным. Первый тип предполагает открытое воздействие, избиения, оскорбления в лицо. Второй тип предполагает скрытые издевательства, например, распространение слухов или объявление бойкота человеку.

По направленности буллинг бывает между учеником и учеником, учениками и учеником, учителем и учеником, учителем и учениками, учениками и учителем, учеником и учителем.

По специфике содержания можно выделить:

* Физический буллинг: избиение, толчки, плевки, захват вещей. Это самый распространенный и заметный тип буллинга. Психологи отмечают, что данный тип чаще встречается в 6-8 классах, а к старшим классам исчезает. Однако новостные сводки заставляют сомневаться в верности этих данных, но с другой стороны такое распространение оправдано юридически. 14-15 лет – возраст начала уголовной ответственности. Этот возрастной период приходится в среднем на 9 класс.
* Вербальная травля: прозвища, угрозы, оскорбления, насмешки, принуждения, унижение. Чаще встречается в студенческой молодежной среде.
* Социально-психологический буллинг: сплетни и слухи, игнорирование, исключение из группы и общих дел, выставление на посмешище, бойкот и изоляции, [манипуляции](https://psychologist.tips/826-manipulyatsii-chto-eto-takoe-i-kak-protivostoyat-vidy-i-tehniki.html). Этот тип актуален для всех возрастов, но чаще других остается незамеченным. Между тем именно этот тип вызывает самый сильный эмоциональный дистресс у жертвы.
* Электронный (виртуальный) буллинг. Предполагает травлю через телефон и компьютер, электронную почту, интернет. Виртуальный буллинг не зависит от возраста, подразумевает распространение слухов и ложной информации, взлом страниц, отправку негативных сообщений и комментариев, похищение и распространение фотографий, личных данных.

**Причины буллинга**

Буллинг – неадекватная асоциальная попытка самоутверждения. К истинным мотивам буллинга относится:

* привлечение внимания;
* демонстрация силы;
* утаивание [неуверенности](https://psychologist.tips/176-kak-stat-uverennoj-v-sebe-sovety-psihologa.html) и страхов;
* удовлетворение [потребности](https://psychologist.tips/714-chto-takoe-potrebnosti-cheloveka-vidy-i-ih-sushhnost.html) во власти и доминировании.

Агрессия – защитная реакция психики, соответственно, можно предположить, что агрессоры [тревожны](https://psychologist.tips/85-kak-izbavitsya-ot-trevozhnosti-sovety-psihologa.html) внутри, не чувствуют безопасность, нуждаются в защите.

Однако это далеко не единственная причина буллинга. А. А. Реан разработал следующую классификацию мотивов (причин) буллинга:

* Стремление к индивидуализированной власти. Некоторые индивиды испытывают потребность в доминировании, при неудовлетворении которой страдают от чувства проигрыша.
* Агрессия. Самый популярный тип зачинщиков – агрессивные булли. Это жестокие люди, как правило, с высоким [социальным статусом](https://psychologist.tips/2653-sotsialnye-statusy-chto-eto-v-psihologii-vidy-harakteristiki-svyaz-s-sotsialnymi-rolyami.html) и высокой [самооценкой](https://psychologist.tips/1740-samootsenka-chto-eto-takoe-ponyatie-struktura-vidy-i-urovni-korrektsiya-samootsenki.html).
* Тревожность. При этом типе булль сам боится оказаться на месте жертвы, отчего защищается нападением. Альтернативное название данного типа – хамелеоны. Их особенность заключается в том, что они при определенном стечении обстоятельств могут быть как агрессорами, так и жертвами. Нередко агрессорами становятся бывшие жертвы. Индивидуально-личностные особенности этих людей пограничны, занимаемая роль зависит исключительно от внешних условий и обстоятельств.
* Пассивные булли. Они похожи на предыдущий тип, но не боятся оказаться в роли жертвы, а хотят заслужить авторитет и признание в коллективе. Им не доступны другие способы самоутверждения.

**Особенности участников буллинга**

Жертва, агрессор и наблюдатели (участники буллинга) имеют ряд психологических особенностей.

Жертва

Что касается жертвы, то психологические особенности точно не установлены. Исследования выделяют роль самооценки, физического развития и успеваемости, но не установлено, что первично: заниженная самооценка или буллинг. На практике поводом для буллинга становится что угодно: неполная семья, родимое пятно, отличные от коллектива взгляды на мир и т. д. Тем не менее, психологи выделяют одну характерную для всех жертв особенность – невозможность проявлять защитную агрессию, противостоять травле.

Жертвами чаще становятся чувствительные, тревожные, подозрительные, обидчивые, неуверенные в себе, склонные к слезам дети. Для травли выбирают замкнутого ребенка с поведенческими и социальными нарушениями, негативными установками в отношении самого себя. Жертвы склонны к самоуничижению, у них низкий уровень самоуважения. Все нападки они считают заслуженными; слишком нерешительны, чтобы дать сдачу. Но остается открытым вопрос о том, что первично: эти особенности или буллинг.

Группу риска составляют дети с[синдромом гиперактивности](https://psychologist.tips/2349-giperaktivnyj-rebenok-chto-delat-roditelyam-sovety-psihologa.html), признаками аутизма, диабетом, трудностями в обучении, любыми хроническими и острыми заболеваниями или физическими особенностями.

Еще одна категория жертв – сознательные провокаторы. Кстати, они же часто выступают сразу в двух ролях (в разных условиях): жертвы и агрессора. Провоцирующие жертвы:

* импульсивные;
* гиперактивные;
* неуклюжие;
* вспыльчивые;
* незрелые для своего возраста.

Для жертв-агрессоров характерен слабый самоконтроль, низкая социальная компетентность, тревожность и депрессивность, слабая способность к сосредоточению, трудности в учебе и [школьной адаптации](https://psychologist.tips/847-shkolnaya-dezadaptatsiya-chto-eto-prichiny-i-priznaki.html). Им свойственно суицидальное и аутоагрессивное поведение. Это самая немногочисленная группа, но самая сложная в работе.

Агрессоры-жертвы имеют самый высокий уровень агрессии и гнева. Самоуважение – защитный механизм при неадекватно завышенной самооценке. Когда реальность не соответствует ожиданиям и самооценке, просыпается агрессор. Если преобладают черты самоуничижения, то просыпается жертва, ребенок считает наказания заслуженными. Однако агрессия все равно остается на высоком уровне, потому в любой момент он в состоянии ответить на нападки. Это самое опасное для [личностного развития](https://psychologist.tips/800-formirovanie-i-razvitie-lichnosti-protsess-faktory-usloviya-etapy.html) состояние (неопределенность, разрозненность, нестабильность).

**Агрессоры**

Психология буллей отличается готовностью к самоутверждению за счет насилия. Это агрессивно настроенные ко всему миру люди, грубые, легко подверженные[фрустрации](https://psychologist.tips/2055-frustratsiya-chto-eto-za-sostoyanie-v-psihologii-s-chem-svyazana.html), с трудом соблюдающие правила, [раздражительные](https://psychologist.tips/2000-kak-izbavitsya-ot-razdrazheniya-sovety-psihologa.html) и неуравновешенные, отличающиеся быстротой реакций (не раздумывают). Они выглядят как одиночки с недостатком социальных навыков, но на самом деле менее тревожные и депрессивные, чем их сверстники. Им не знакомо сострадание, но хорошо развита [эмпатия](https://psychologist.tips/1847-empatiya-chto-eto-i-kak-ee-razvit.html%22%20%5Ct%20%22_blank). Это позволяет чувствовать других людей, манипулировать их эмоциями и состояниями. Агрессоры не реагируют на критику окружающих, склонны к[лидерству](https://psychologist.tips/1876-lider-kto-takoj-v-psihologii-upravleniya-ego-osobennosti-i-kachestva-otlichiya-ot-rukovoditelya.html).

Причина агрессивности кроется в неадекватном уровне притязаний, высоком уровне самоуважения, несоответствии реальности и мнения булля о себе. Они остаются недооцененными в собственном понимании, что и вызывает раздражение.

**Наблюдатели**

Самая большая категория участников буллинга. Почти все наблюдатели отмечают, что испытывают чувство жалости к жертве, но меньше половины готовы помочь. Подобное поведение вполне объяснимо: возражая агрессору, свидетель сам оказывается под ударом, лишается безопасности. Однако влияние общественности очень важно, оно способно как пресечь травлю (массовое неодобрение), так и стимулировать ее (психологическое награждение агрессора).

Наблюдатели часто испытывают страх и стыд, страдают от чувства беспомощности, иногда желают присоединиться к агрессору. Чем дольше длится буллинг и свидетели сохраняют пассивную позицию, тем ниже у них становится уровень эмпатии.

**Как бороться с буллингом**

Проблема буллинга остается острой, так как пока не установлена система активных и эффективных способов пресечения травли и ее выявления. Ухудшает ситуацию тот факт, что окружающие не реагируют на буллинг, если их это не касается. Хотя и сами жертвы чаще молчат. Ужасает, что сами взрослые нередко игнорируют проблему, что дает почву подросткам продолжать подобную модель поведения и воспринимать ее как норму (больше половины случаев). Наверняка и вы слышали мнение о нормальности травли в подростковом возрасте. Да, это встречается, но это не нормально!

Буллинг – не единичная или ситуативная акция, это отражение состояния общества. Данная модель усваивается из поколения в поколение. На частном уровне с ним бороться бессмысленно, но можно корректировать подобные проявления.

Необходимо дать отпор обидчику. Для этого нужно следовать правилам:

* Признайте проблему, называйте вещи своими именами.
* Обратитесь к человеку, с которым сложились доверительные отношения. Расскажите о проблеме.
* Не позволяйте агрессору управлять вашими чувствами. Определите, каких реакций он от вас ожидает, и не давайте ему этих реакций. Не реагируйте, не будьте уязвимыми. Как только агрессор осознает, что вас никак не зацепить – найдет более податливую и простую цель.
* Научитесь говорить «нет» или отвечать на физическую силу тем же. Часто агрессору нужно всего лишь раз получить отпор.
* Озвучивайте проблему, обзаведитесь группой поддержки. Осознайте совместную силу.
* Уделите особое внимание работе над самоуверенностью и противостоянию манипуляциям.
* Если предмет травли можно исправить – исправьте.
* Если нельзя исправить, прекратите винить себя. Осознайте, что это проблемы агрессоров. Вы не можете все контролировать. Если можно сменить место обучения – смените. Это не бегство, а забота о себе. Правда, это не всегда лучший способ решения проблемы.

Преодоление буллинга предполагает работу со всей социальной средой, коррекцию личностных особенностей агрессоров и жертв. Без помощи квалифицированного психолога и систематической работы с коллективом в этом случае не обойтись. Необходимо знать предмет травли и причину.

**Что делать, если ребенок сообщает о насилии над ним?**

Когда ребенок рассказывает вам о насилии. Отнеситесь к ребенку серьезно. Попытайтесь оставаться спокойными.

Успокойте и поддержите ребенка словами: «Хорошо, что ты мне сказал(а). Ты правильно сделал(а)»; «Ты в этом не виноват(а)»; «Не ты один (одна) попал(а) в такую ситуацию, это случается и с другими детьми»; «Мне надо сказать кое-кому (психологу, социальному работнику или полицейскому) о том, что случилось. Они захотят задать тебе несколько вопросов. Они помогут сделать так, чтобы ты чувствовала себя в безопасности». (Можно дать понять ребенку, что вы понимаете его чувства по этому поводу, но не должны оставлять ему выбора.) Скажите ребенку: «Бывают такие секреты, которые нельзя хранить, если тебе сделали плохо».

Не думайте, что ребенок обязательно ненавидит своего противника или сердится на него (он может оказаться членом семьи, родителем или опекуном).

Следите за тем, чтобы не давать обещаний, которые вы не можете исполнить, например: «Я не расстроюсь» или «С тем, кто тебя обидел, ничего не сделают».

Покажите, что вы приняли это к сведению, например: «Это очень серьезно. Давай мы с тобой поговорим об этом позже», и смените тему. Организуйте разговор с ребенком наедине, и чем скорее, тем лучше.

Лучшее понимание наших собственных реакций на данную проблему поможет нам более эффективно справиться с ситуацией:

1. Разъясните ребенку свою роль и задачи. Расскажите о той помощи, которую вы можете оказать пострадавшему/пострадавшей.

2. Признайте тяжесть происшедшего.

3. Побудите ребенка говорить вам о случившемся. Будьте терпеливы, дайте время для ответа на ваши вопросы.

4. Помогите ребенку выразить чувства, возникшие в связи с насилием.

Замечено, что травмированные дети часто негативно реагируют на традиционные методы модификации поведения.

Помогут вам и психолог, и социальный педагог. Это может помочь снизить потребность ребенка рассказать все другим детям («Со мной все в порядке?», «Я все еще нравлюсь людям?») и не стать жертвой слухов, насмешек и т. д.

Дайте ребенку знать, к каким действиям вы готовы (например, что вы всегда готовы с ним поговорить). Было бы ошибкой убеждать ребенка не думать о случившемся или забыть об этом. Об этом надо говорить открыто. Дети будут интерпретировать молчание как замалчивание и, кроме того, решат, что они «плохие».

Спросите ребенка, с кем еще он может поговорить о своих чувствах: «Я заметил(а), что в последнее время ты кажешься не очень счастливым. Я за тебя беспокоюсь. Могу ли я что-нибудь сделать, чтобы помочь? Может быть, ты хочешь еще с кем ни будь поговорить?».

Объясните ребенку вашу роль и роль представителей органов, оказывающих ему поддержку (работник полиции, врач, психолог, социальный работник и др.). Дети нуждаются во множестве безопасных возможностей разрядки своей тревоги.

**Скажите ребенку, подвергшемуся насилию:**

- Я тебе верю.

- Это не твоя вина.

- Хорошо, что ты мне об этом сказал(а).

- Я постараюсь сделать так, чтобы тебе больше не угрожала опасность.

Если реакция ребенка происходит сексуально неуместным способом или ребенок совершает насилие над другими детьми не колеблясь, проконсультируйтесь со специалистами .

**Как вести себя в случае раскрытия насилия**

1. Все члены семьи должны понимать, какое воздействие может оказать на всех рассказ ребенка.

2. Объясните, что многие жертвы насилия испытывают подобные чувства и подвержены сходным реакциям.

3. Объясните, что многие из жертв думают о мере своей ответственности за случившее! И на самом деле переживший насилие не может быть виновен за то, что он оказался жертвой.

4.Помогите ребенку определить отдельные переживания и отметьте то, что больше всего беспокоит и чем нужно заняться в первую очередь. Вместе составьте план действий по разрешению важнейших проблем, вызванных насилием. Для каждой из тем предложите альтернативные решения. Укрепите появившееся у ребенка ощущение, что он контролирует ситуацию и свою жизнь.

5. Оцените способность ребенка справиться с последствиями насилия. Узнайте, кто из близких может оказать ему поддержку.

**Утверждения, которые могут помочь детям лучше понять свое состояние:**

«Некоторые дети так себя ведут (назовите характер поведения), когда они чувствуют себя... (назовите, как ребенок может чувствовать себя, например, «Когда это (назовите поведение) происходит, у детей обычно бывает много забот».

«Ты не будешь так себя чувствовать всегда. Но тебе может понадобиться помощь, направляющая рука, поддержка, чтобы пройти через это сегодня».

В то же время важно осознавать, что ребенку в этой ситуации необходимо оказать, поддержку. Кроме того, все обязаны соблюдать закон и во всех случаях сообщать в соответствующие органы.

Чтобы правильно реагировать на раскрытие случая насилия над ребенком и обеспечить ребенку необходимую поддержку, вы должны быть уверен в правильности своего поведения.

Тревога по поводу чувств, реакция на случившееся и чувство ответственности - все эти чувства достаточно обычны. Необходимо создать и поддержать в семье волнующую, творческую, теплую атмосферу, с ощущением предсказуемости и надежности, в которой ребенок могут жить и развиваться.

Если ребенок словами или поведением сказал своему родителям о насилии — это значит, что вы добились успеха в обеспечении необходимой среды.

Размышлять об этом, о ваших собственных чувствах и о том возможном чувстве дискомфорта, который они у вас вызывают, - это лучшая подготовка к тому, чтобы справиться с такой ситуацией.

Учителю может быть нелегко, отрепетировать или подготовить свою реакцию на рассказ ребенка, но все же, ему следует прояснить для себя, каковы его собственные ценности и страхи перед реакцией на ребенка, который подвергся сексуальному насилию.

**Процедура сообщения:**

1. Сообщите директору школы о том, что ребенок рассказал вам о насилии (оставьте ребенка с воспитателем или с другим работником школы, только не оставляйте ребенка одного).

2. Сообщите социальному педагогу, психологу, если директора или его заместителя нет на месте.

3. Планируйте дальнейшие действия вместе с администрацией школы и сотрудниками полиции.

4.Сообщите всю информацию, касающуюся ребенка, которая может помочь при планировании дальнейших действий.

5. Спросите ребенка, не хочет ли он, чтобы при нем оставался взрослый для поддержки при разговоре с полицией . Скажите ребенку о том, с кем он может остаться. Уважайте желания ребенка.

Ребенок может захотеть, а может и не захотеть, чтобы с ним был какой-нибудь взрослый. Поддерживайте связь с ребенком, которому необходима постоянная поддержка (например, скажите ему: «Если захочешь поговорить, я в твоем распоряжении»).

Уважайте право ребенка на уединение, не выдавая его другим школьным работникам и ученикам.

Не откладывайте сообщение. Помните: если вы подозреваете, что ребенок подвергся любому насилию, вы ответственны перед законом и должны сообщить об этом не скрывая.

**Руководство по поддержке ребенка при сексуальном насилии**

Важно помнить, что детям нужно помочь восстановиться после сексуального насилия, необходимо четко донести до ребенка, что «жизнь продолжается», обращаясь к следующим проблемам: защита от повторного насилия; защита от позора; нормализация среды.

Оказывая поддержку ребенку, который стал жертвой сексуального насилия, ребенка надо утешить и проявить к нему понимание.

Вы можете помочь ребенку, обеспечив следующее:

1.Нормальность: поддерживайте нормальный статус ребенка в семье.

2.Интимность: выражайте чувства подходящим способом. Не решайте за ребенка, что он хочет и чего не хочет. Спрашивайте! Это поможет вам проявлять теплое отношение на уровне, комфортном для ребенка.

3. Теплое отношение: используйте нормальные выражения теплого отношения; пусть в вашем голосе звучит тепло.

4. Одобрение: кивните, подмигните ребенку, поставьте какой-нибудь знак на его работе, — что угодно, чтобы подчеркнуть значительность ребенка, чувство его ценности, принятия.

5. Постоянство и предсказуемость: жизнь ребенка может стать хаотичной. Семья может быть единственным местом, где ребенок будет чувствовать себя нормально. Четко обозначайте ваши требования и ожидания.

6. Чувство принадлежности и включенности: демонстрируйте работу ребенка, вовлекайте ребенка в дискуссии и работу. Вначале ребенок может хотеть, чтобы ему говорили, что он должен делать и как реагировать, пока он не сможет реализовать собственные ресурсы.

7. Безопасность и конфиденциальность: поддерживайте привычный образ жизни. Не обсуждайте детали случившегося с ребенком с кем бы то ни было. Переживания ребенка не предназначены для персонала.

8. Доступность полезного материала для чтения и художественное творчество (например, рисование) - это возможность для ребенка выразить свои чувства.

Дети, которые подверглись насилию, могут «отрегулировать» свои чувства во время кризиса (либо во время фазы раскрытия насилия, либо по мере приближения суда).

**Профилактика буллинга**

Для профилактики буллинга нужно работать с его причинами и индивидуально-личностными особенностями жертв и агрессоров.

Буллинг – самоутверждение через агрессию, усвоенные неадекватные образцы поведения. Этот тип поведения используется для достижения личных целей при незнании или неумении применять на практике социально приемлемые способы разрешения [конфликтов](https://psychologist.tips/241-vidy-konfliktov-v-psihologii.html). Основа буллинга – социальное неравенство.

Булли выходят из психологически неблагополучных [семей](https://psychologist.tips/1089-semya-vidy-semej-funktsii-opredelenie.html) (негативный пример родителей или пренебрежение в сторону ребенка). Агрессоры отличаются психосоциальной слабостью, импульсивностью, враждебностью, агрессивностью, асоциальностью. Они спокойны и уверенны в себе, агрессию проявляют с холодным расчетом (эмоционально спокойны и равнодушны), отказываются от сотрудничества. Вместе с тем легко устанавливают контакт со сверстниками (не исключено, что будущими жертвами).

Проблемы жертв тоже вытекают из семьи, в которой [тип воспитания](https://psychologist.tips/1091-semejnoe-vospitanie-stili-i-tipy-ih-harakteristika-i-vliyanie-na-rebenka.html) способствует формированию виктимной психологии. Для жертв характерно:

* низкая самооценка;
* [комплекс неполноценности](https://psychologist.tips/2271-kompleks-nepolnotsennosti-u-muzhchin-i-zhenshhin-chto-eto-ego-priznaki-i-prichiny-kak-izbavitsya-ot-kompleksa-nepolnotsennosti.html);
* замкнутость;
* подавленность;
* [застенчивость](https://psychologist.tips/2007-kak-izbavitsya-ot-zastenchivosti.html);
* тревожность;
* осторожность;
* неуверенность.

Таким образом, нужно помогать ребенку в адаптации к школьной среде и мире. Кто чаще всего оказывается изгоем в классе? Тот, кто не такой как все, «белая ворона». В группы риска попадают все дети со слабыми социальными [способностями](https://psychologist.tips/254-sposobnosti-v-psihologii-i-ih-vidy.html), сторонники изоляции, [интровертированные личности](https://psychologist.tips/710-ekstraverty-i-introverty-kto-eto.html%22%20%5Ct%20%22_blank).

Большую роль играет стиль семейного воспитания. Так, гиперопека рождает жертв, а авторитаризм – агрессоров. Попустительский стиль воспитания формирует жертв-агрессоров. [Семейное насилие](https://psychologist.tips/1541-nasilie-v-seme-nad-rebenkom-vidy-priznaki-posledstviya-profilaktika.html) с одинаковой частотой создает буллей и жертв.

Кроме того, влияние оказывает СМИ и состояние всего общества. Социально-нестабильная авторитарная среда, особенно пропитанная алкоголем, наркотиками и принуждением, негативно сказывается на подрастающем поколении.

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ**
 Буллинг является актуальной проблемой современного общества, т.к. мы уже говорили ранее: в каждой школе страны найдется хотя бы один класс, где можно наблюдать это.
Сегодня мы попытались разобраться во множестве определений понятия «буллинг» и поняли, что все эти определения сводятся к умышленному, не носящему характера самозащиты и не санкционированному нормативно-правовыми актами государства, длительному (повторяющемуся) физическому или психологическому насилию со стороны индивида или группы, которые имеют определенные преимущества (физические, психологические, административные и т.д.) относительно индивида, и которое происходит преимущественно в организованных коллективах с определенной личной целью (например, желание заслужить авторитет у некоторых лиц).
Нам кажется, что уровень жестокости в наших школах порой зашкаливает. Издевательства, побои, оскорбления – это все вполне совмещается с нашей системой образования. Дети с каждым годом становятся все жестче. В приведенных нами примерах видно, что с каждым годом ситуация все ухудшается, но никто не спешит что-либо делать.
Школьное насилие оказывает  на детей прямое и косвенное влияние.
 Во-первых, длительные  школьные издевки сказываются  на собственном «Я» ребенка.  Падает самооценка, он чувствует  себя затравленным. Такой ребенок  в дальнейшем пытается избегать  отношений с другими людьми. Часто  бывает и наоборот – другие дети избегают дружбы с жертвами насилия, поскольку боятся, что сами станут жертвами, следуя старой учительской логике: «...Каков твой друг – таков и ты». В результате этого формирование дружеских отношений может стать проблемой для жертвы, а отверженность в школе нередко экстраполируется и на другие сферы социальных отношений. Такой ребенок и в дальнейшем может жить по «программе неудачника».
Во-вторых, попадание в  роль жертвы является причиной низкого  статуса в группе, проблем в учебе и поведении. У таких детей высок риск развития нервно-психических и поведенческих расстройств. Для жертв школьного насилия чаще характерны невротические расстройства, депрессия, нарушения сна и аппетита, в худшем случае возможно формирование посттравматического синдрома.
В-третьих, у подростков школьное насилие вызывает нарушения в  развитии идентичности. Длительный стресс порождает чувство безнадежности и безысходности, что, в свою очередь, является благоприятной почвой для возникновения мыслей о суициде.
Для предотвращения буллинга нужно повышать культуру населения. Сейчас не очень большое внимание уделяется нравственному воспитанию. Например, нам в школе очень редко говорили что-то вроде того, как плохо издеваться над другими. Учителям было безразлично на такие уроки. И часто в журнале просто появлялись названия бесед, но никто не мог вспомнить: когда они были. Из этого следует, что учителя должны больше внимания уделять своим ученикам и актуальным темам.
Да и дети нуждаются просто во внимании. Им необходимо иногда просто поговорить и рассказать о наболевшем. Учителя должны знать, что происходит в семье ребенка. Ведь многие из детей переносят негатив в семье на учебу. Если дома на ребенка идет негативное воздействие, то в школе он может снять его, но и способ будет соответствующий. Ещё необходимо повышать профессиональную образованность учителей, чтобы преподаватель мог сделать процесс образования для детей интересным и завоевать у них авторитет. Ещё необходимо организовывать внешкольную работу с детьми. Ведь если ребенок занимается спортом, то он имеет возможность выпустить весь накопленный негатив. При этом такие занятия необходимо сочетать с нравственным воспитанием. Нам кажется, что сегодня в нашей системе образования очень много негативных моментов, но при этом не стоит говорить, что насилие в школе встречается повсеместно. Ведь каждый из нас может вспомнить довольно много учителей, с которыми были прекрасные отношения. Да и не все дети у нас являются изуверами. Но все-таки эта проблема является довольно важной и нуждается в решении.
Очень важно, чтобы школьная травля не становилась типичным явлением, а агрессия не рассматривалась как норма поведения. Ведь еще есть надежда, что пластичная психика детей, развивающееся самосознание подростков и мудрость взрослых помогут преодолеть последствия неадекватных ролей, которые сознательно или вынужденно проигрываются многими людьми в своей детской и подростковой жизни.

 **Использованная литература**: Мальцева О.А. Профилактика жестокости и агрессивности в школьной среде и способы ее преодоления //http://www.nsportal.ru

Руководство по предупреждению насилия над детьми/Под ред.Н.К.Асановой .М.:ВЛАДОС,1997

Отрощенко Е.Г.Профилактика явлений буллинга в школе.

 **4 класс Педагогический всеобуч на тему: «Интернет – это хорошо или плохо? Безопасность детей в сети интернет».**

**Цель: психолого-педагогическое просвещение родителей учащихся по проблеме безопасного использования ресурсов сети Интернет.**

**Задачи:**

* **Показать родителям важность и значимость проблемы формирования у детей сетевого этикета.**
* **Рассказать родителям о правилах общения в Интернете.**
* **Ознакомить родителей с источниками информации по проблеме безопасности ребёнка в интернете.**

**Подготовительная работа:**

1. **Анкетирование учащихся.**
2. **Проведение классного часа по теме «Интернет - это хорошо или плохо?»**
3. **Подготовка доклада.**

Сказать однозначно о негативном или позитивном влиянии социальных сетей на детей невозможно, ведь каждый ребенок – это отдельная личность, которая находится в процессе формирования. Влияние социальных сетей на детей зависит от того, с какой целью ребенок проводит время в интернете – для получения информации о «запрещенных» темах или для расширения своего кругозора. Возможно, он заведет «хорошие» или «плохие» знакомства.

Социальные сети оказывают заметное негативное влияние на формирование речи детей. Общение в социальных сетях может повлиять на формирование словарного запаса у детей.  Конечно, плохие слова дети берут только из социальных сетей, однако из-за свободного употребления ненормативной лексики в комментариях, объявлениях и статьях ребенок на подсознательном уровне может перенять такую манеру общения.

Навыки живого общения люди могут отработать только в реальной жизни, а социальные сети и активная виртуальная жизнь ставит ребенка в ситуацию, когда эти навыки не используются, и, как следствие, не развиваются и атрофируются. Проблемы социализации, неумение общаться со взрослыми и сверстниками, отсутствие реальных друзей при частом посещении странички в социальной сети никуда не исчезают, а просто становятся менее заметными для ребенка. При неблагоприятном стечении обстоятельств может сформироваться социофобическая, не приспособленная к реальной жизни личность.

Также родители опасаются виртуального совращения детей – пользуясь анонимностью интренет-общения и зная о любопытстве детей к взрослой теме, сексуальные извращенцы могут втянуть малышей в виртуальные интимные отношения.

Сейчас с трудом можно найти семью, в которой нет компьютера. Количество пользователей Интернет увеличивается с каждым годом по всему миру, в том числе и в России. Вся наша культура становится более зависимой от IT. Социальные сети стали неотъемлемой частью нашей современной жизни. Большая часть детей проводит в них все свободное время. Здесь дети и подростки ищут новых друзей и новые субкультуры, пытаясь обрести чувство принадлежности к той или иной группе. В процессе поиска близкой по духу личности молодые люди вступают в разнообразные отношения, получают возможность общения с практически безграничным числом людей и групп по интересам, со всевозможными типами личностей, узнают множество историй, имеют возможность обменяться мнениями и обсудить интересующие их вопросы.

Даже если в идеале ребенок будет использовать интернет, чтобы общаться со своими сверстниками, у него может появиться зависимость от социальной сети – еще одно негативное явление.

Также, несмотря на безвредность современных мониторов компьютеров для организма, частое нахождение в режиме онлайн может привести к проблемам с осанкой и зрением, к тому же ребенок мало двигается, от чего страдает общее самочувствие.

В самых серьезных случаях с ребенком необходимо показаться психотерапевту.

**Социальная сеть** (от англ. social networking service) — платформа, онлайн-сервис или веб-сайт, предназначенные для построения, отражения и организации социальных взаимоотношений, визуализацией которых являются социальные графы. Наполнением социальной сети занимаются сами участники этого сервиса.

Они упрощают нам жизнь, но будьте с ними поосторожнее!

Нельзя однозначно судить о влиянии социальных сетей на личность ребенка и подростка. Конечно же, во всем есть свои минусы и плюсы. Следует лишь помнить, что всё нужно делать с чувством меры, в том числе и пользоваться Интернетом.

Но, тем не менее, я считаю, что социальные сети уже стали болезнью.

Я думаю, это уже можно считать глобальной проблемой, требующей немедленного разрешения.

 Трудно найти ребенка или подростка, который не был бы зарегистрирован в какой-либо социальной сети. И что самое плохое, так это то, что почти все они зависимы от этих самых сетей. Хотя общение в сети отнимает кучу реального времени, за которое человек мог бы успеть сделать и повидать много всего интересного.

Маленьких детей нужно настраивать на то, что Интернет и социальную сеть нужно использовать по необходимости. В умелых руках они превращаются в помощника – через Интернет можно найти информацию на любую тему, в социальной сети – найти единомышленников, задать вопрос, обратиться с просьбой. Социальные сети помогают нам общаться с родными и близкими людьми на далёком расстоянии. Эти положительные стороны нужно только развивать. Помните, что активное общение через социальные сети является всего лишь дополнением к нашей жизни. И всё зависит лишь от нас самих: как мы сами хотим прожить эту жизнь: «реально» или «виртуально» решать нам.

**Контроль ребенка за компьютером**

Взрослые стремятся контролировать ребенка, чтобы оградить от негативного влияния социальных сетей, а также от влияния интернета на детей. Но как им это сделать, если они практически не проводят время в виртуальном мире?

До достижения совершеннолетия ответственность за поступки детей возлагается на их родителей или опекунов, но проблема в том, что взрослые иногда имеют меньше опыта виртуальной жизни и не могут как следует контролировать эту сторону развития их ребенка.

Установление паролей и «родительского контроля» сайтов не всегда помогает направить интерес детей в нужное русло, а иногда и дает нежелательный эффект: сладость запретного плода только подстегивает любопытство и заставляет искать пути обхода запретов. Тем более что социальные сети, хотя формально и должны выполнять предусмотренные законом запреты на распространение порнографической экстремистской и националистической информации, на деле не всегда могут контролировать поступающий от пользователей контент. Кроме этого, при высокой частоте взломов профилей социальных сетей, такая информация может оказаться в фокусе внимания детей в любое время.

**Родители должны насторожиться, если:**

* у ребенка в друзьях появились сомнительные личности
* ребенок стал тратить деньги на виртуальные развлечения
* у малыша отсутствуют реальные друзья
* осанка или зрение ребенка стали ухудшаться
* все свободное время малыш старается провести в интернете

У ребенка должны быть отработаны навыки живого общения с людьми, а из-за активной виртуальной жизни малыша они могут не развиваться, что может привести к проблемам социализации, отсутствию реальных друзей, нежеланию налаживать контакт со взрослыми.

*Малышам нравится проводить время в интернете, поэтому родители должны знать о влиянии социальных сетей на детей как можно больше, чтобы предостеречь от возможных опасностей и знать, как защитить ребенка в интернете. Имейте в виду, что активная виртуальная жизнь влияет на формирование навыков общения ребенка и его личность.*