

Профилактика эмоциональных и поведенческих проблем детей путем формирования навыков

Чиркина Римма Вячеславовна,
заведующая кафедрой «Юридическая
психология и право» факультета
«Юридическая психология» МГППУ,
Председатель Московского отделения Федерации
психологов образования России



**От проблем к навыкам:
российско-финская программа
«Умелый класс»
как модель
профилактики психологических,
социальных и учебных проблем
от начальной школы до старших классов**



**ЭКОСИСТЕМА
ДЕТСТВА**



МОСКОВСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПСИХОЛОГО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ

Современные тренды в управлении социальными рисками детства

- Системный подход
- Доказательность
- Навыковый подход
- Восстановительный подход
- Опора на сообщества
- Междисциплинарность

КОМИКСЫ
МЕДИАЦИЯ
АНТИБУЛЛИНГ
ЭМПАТИЯ
КЕЙС-МЕНЕДЖМЕНТ
ВОЛОНТЁРСТВО
ВОССТАНОВИТЕЛЬНЫЕ КРУГИ
ЭКОСИСТЕМА ДЕТСТВА
ДИАГНОСТИКА
БУДУЩЕЕ
СТРИТВОРК
МЕНТОРИНГ
ЦСС
СТУДЕНТ
СИЛА НАРОДНОЙ ИГРЫ
УМЕЛЫЙ КЛАСС
РЕБЕНОК
КОМПЕТЕНТНОСТЬ
СООБЩЕСТВА ПОДДЕРЖКИ

Связь трудностей в обучении с отклоняющимся поведением



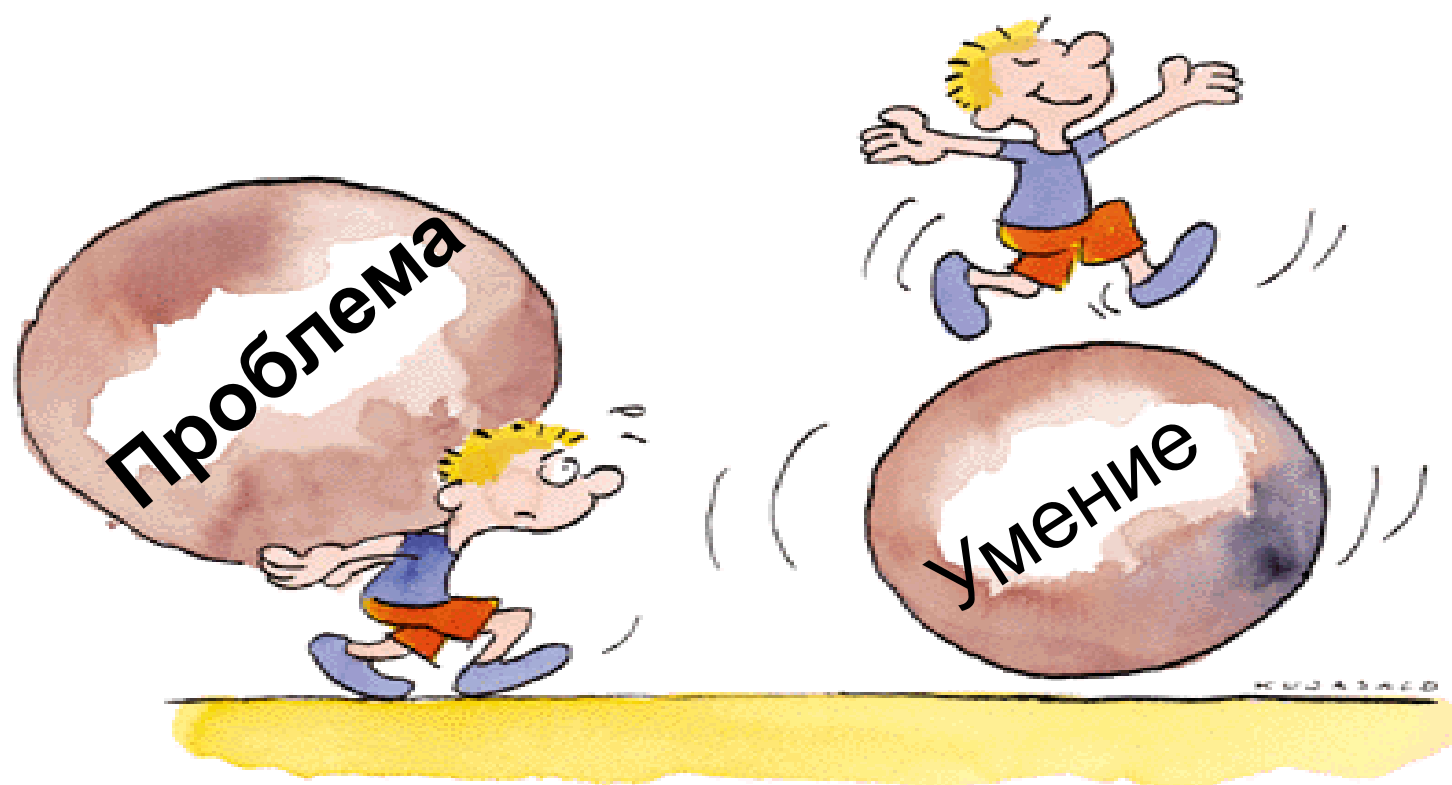
Девиантное поведение - устойчивое поведение личности, отклоняющееся от наиболее важных социальных норм, причиняющее реальный ущерб обществу или самой личности, а также сопровождающееся её социальной дезадаптацией (Змановская, Е.В. , 2007).

- Девиантное (в т.ч. делинквентное) поведение характеризуется невысоким уровнем качества жизни, снижением критичности к своему поведению, когнитивными искажениями (восприятия и понимания происходящего), снижением самооценки и эмоциональными нарушениями.
- Отмечается, что проявление такого поведения увеличивается в пубертатный период, а после 18 лет снижается (Шнейдер Л.Б., 2007).
- Термин «девиантное поведение» может применяться к детям после 5 лет, в строгом смысле не раньше 9 лет.
- **Рассматривается в пределах медицинской нормы.**



Чего дети ждут от взрослых...

- ✓ Умения формулировать вместо проблем навыки, которым нужно научиться.
- ✓ Умения договариваться с ребенком о том, какому навыку ему нужно научиться.



- ✓ Умения поддержать желание ребенка овладеть навыком.
- ✓ Умения сотрудничать с группой поддержки.

Навыковое мышление в ориентированном на решение подходе (по Б.Фурману, 2020)



Мышление правилами – Мышление навыками

• Детям нужно учиться следовать правилам	➡	Детям нужно обучаться новым навыкам
• Родители ответственны за то, чтобы дети научились следовать правилам	➡	Каждый может помочь ребенку освоить новый навык
• Если ребенок нарушил правила, он должен быть наказан (последствия)	➡	Если ребенок еще не освоил навык, каждый может помочь ему в этом
• Скучно следовать правилам	➡	Осваивать навыки может быть весело
• Дети автоматически противятся правилам	➡	Дети автоматически хотят освоить навыки
• Раздражает, когда дети нарушают правила	➡	Можно относиться с пониманием к тому, что ребенок еще не освоил новый навык
• Ты обязан соблюдать все правила сразу	➡	Ты можешь осваивать навыки по одному
• Правила даются “сверху”	➡	Навыки обсуждаются с ребенком и объясняются
• Дети вынуждены соревноваться из-за соблюдения правил	➡	Дети поддерживают друг друга в освоении навыков
• Детей критикуют за несоблюдение правил	➡	Детей хвалят и ценят за освоение навыков
• Родителей обвиняют	➡	Родители расцениваются как группа поддержки
• Друзей игнорируют или обвиняют	➡	Друзья расцениваются как группа поддержки
• Дополнительные наказания, исключение, терапия, медикаментозное лечение	➡	Дополнительная поддержка, воодушевление, напоминания, репетиции навыков

Методология навыкового подхода

Ориентированная на решение краткосрочная терапия (ОРКТ) была основана Стивом Де Шейзером и Инсу Ким Берг в 1980-х годах в США. Авторы метода задавались вопросом, всегда ли решение проблемы связано с изучением прошлого клиента. На практике они часто сталкивались с тем, что клиенты слишком ориентированы на прошлое и на проблему, и это послужило импульсом к созданию кардинально нового подхода.

Программа «Умелый класс» (и базовая методика «Навыки ребенка» Б. Фурман, Т.Ахола, М.Ахола и др.) основана на методологии и принципах (ОРКТ), складывавшейся на протяжении нескольких десятков лет, что позволяет сохранять базовые принципы парадигмы Solution Focused Therapy в рамках адаптации программы в реалиях современных школ и детских садов.

Методология навыкового подхода

Фокус ориентированной на решение краткосрочной терапии направлен на:

- 1) возможность изменения;
- 2) поиск конкретных шагов к планируемым переменам;
- 3) будущее клиента;
- 4) ресурсы, имеющиеся в настоящем клиента;
- 5) успехах и результатах, которых добился клиент в прошлом.

Программа «Skillful Class» широко распространена и применяется во многих странах. В России первой организацией, получившей право на перевод, адаптацию и реализацию программы «Умелый класс», является МГППУ.

МГППУ реализует программу с 2019 года, обеспечивая поддержкой площадки, участвующие в программе. Площадки, на которых реализуется программа, обеспечиваются возможностью обучения у авторов программы, методологическими материалами, возможностью супервизии и поддержки кураторами.

Навыковые методы

«Навыки ребёнка»

(для дошкольников и младших школьников)

«Умелый класс»

(групповой формат «Навыков ребёнка» для старших дошкольников, младших школьников и 5-6 класса)

«Миссия выполнима»

(для младших и старших подростков)

Основания для выбора программы



- Программа **Skilful class** модифицирует применение метода **Kid's Skills** для работы с группами и способна улучшить атмосферу в классе/группе и обеспечить учителям/воспитателям удовлетворение от работы. Программа основана на методе ОРКТ и корреспондирует с концепцией поэтапного формирования умственных действий Гальперина.
- **Бен Фурман: Метод “Умелый Класс”** нацелен на изменение “образа мышления” детей, их учителей и родителей. “Развивающийся образ мышления” - всемирно популярная идея в области образования и Умелый Класс - высокопрактичный инструмент помощи как детям, так и учителям. Он также поможет родителям перейти с “ригидного” образа или ориентированного на правила мышления к развивающемуся и ориентированному на навыки образу мышления. Существуют абсолютно ясное свидетельство о том, что верно реализованные идеи Умелого Класса, смогут создать изменения такого рода и поэтому поднять образование на совершенно новый уровень, который делает акцент на не когнитивных навыках, направленных на сотрудничество и содействие.

«Умелый Класс»

Совместная, ориентированная на решение, игровая программа, реализующая творческий и позитивный подход к обучению детей, преодолевающих эмоциональные и поведенческие трудности.

Основана на 15-шаговой методике Kids' Skills («Детские навыки / Навыки ребенка», авт.коллектив Б.Фурман, Т. Ахола и др.*), целью которой является формирование социальных навыков у детей.

Может быть реализована любым специалистом, работающим с детьми.

* * Furman, B. (2010). Kids' skills in action: Stories of playful and practical solution-finding with children. Bendigo: Innovative Resources.
Furman, B. (2018). Instruction for teachers using Skillful-Class intervention methods in primary schools. Helsinki: Helsinki Brief Therapy Institute.





Развитие навыков => Новое мышление

Преобразование проблемы в Цель

(у детей нет проблем, а есть
умения которыми они не
владеют)

Создание мотивации

(назови навык,
пойми
преимущества, планирование
праздника победы, круг
поддержки)

**15 ступеней к...
«я умею!»**

Определение места и время тренировки навыка

(подготовка к откатам,
круг поддержки)

Закрепление успеха

(поделись опытом,
спланируй следующий шаг)

НАПРАВЛЕННОСТЬ ИНТЕРВЕНЦИИ ПРОГРАММЫ «УМЕЛЫЙ КЛАСС» (SKILFUL CLASS)



Программа доказала свою эффективность в Финляндии и Китае. Niu S. J., Niemi H. Teachers Support of Students' Social-Emotional and Self-Management Skills Using a Solution-Focused Skilful-Class Method. The European Journal of Social and Behavioural Science, 2020, vol. XXVII, pp.3096-3114. doi.org/10.15405/ejsbs.269

Социальный эффект программы

Педагог организует групповую работу по освоению навыков, используя ориентированный на решение подход

Педагог информирует окружение детей о реализации групповой работы по освоению навыков, передавая ценности и принципы ориентированного на решение подхода

Происходит формирование поддерживающего сообщества: педагог поддерживает воспитанников, воспитанники поддерживают друг друга, другие педагоги и друзья поддерживают воспитанников

Воспитанники самостоятельно развивают навыки путем регулярной практики, а также созданной позитивной системы подкрепления

Повышение устойчивости среды к развитию негативных социально-психологических явлений: буллинга, социального ostracизма, дисгармонии в структуре социальных отношений, др.

Формирование у воспитанников навыков, способствующих развитию их социальных и регулятивных компетенций, повышению их психологического благополучия

Снижение нагрузки педагога, повышение его удовлетворенности работой и отношениями с другими участниками среды

Алгоритм программы «Умелый класс»

Что делаем?

✓ переформулируем
проблему ребенка в
умение/навык, которому
ребенок может научиться

Что понимаем?

✓ навык - это не
способность не делать
неправильные вещи, а
способность делать что-то
правильное **ВМЕСТО** этого.

Поддержка позитивных
изменений
референтной группой и
значимыми другими



Групповое обсуждение навыков,
отсутствие или недостаточность
которых вызывает проблемы



Выбор группой общего важного
для всех навыка



Освоение навыка по 15-
шаговому алгоритму

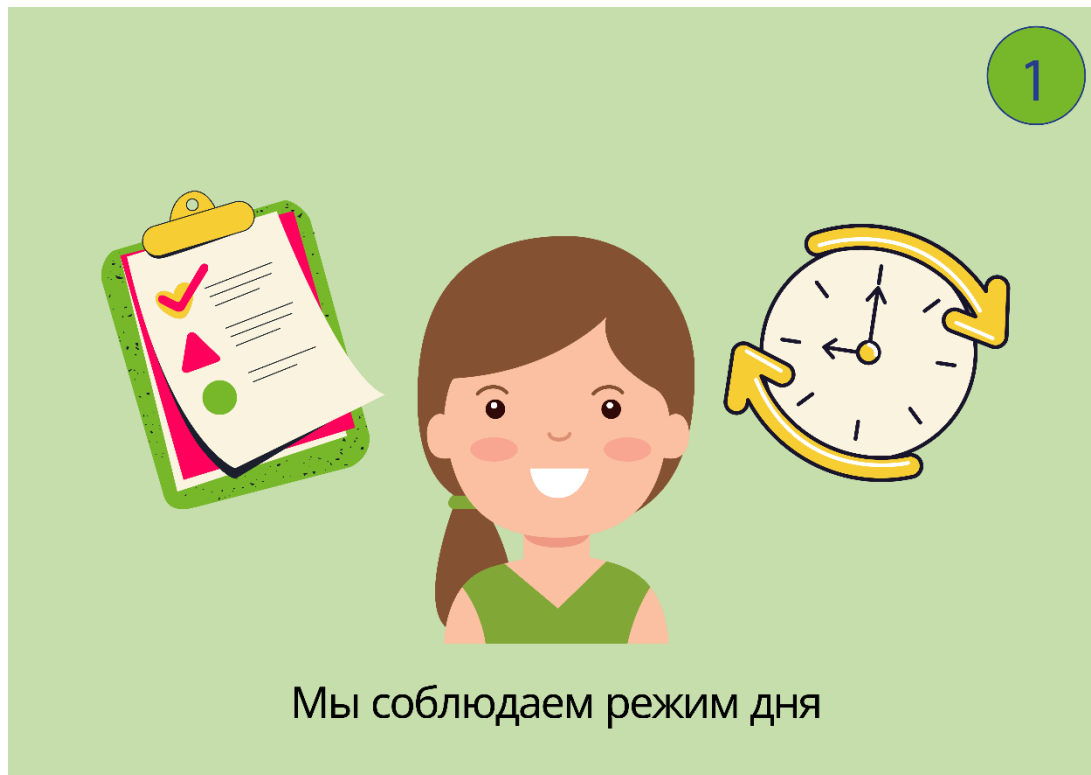


Выбор и освоение
индивидуальных навыков

- ОТ ПРОБЛЕМ – К НАВЫКАМ
- ПОДДЕРЖКА ПОЗИТИВНЫХ ИЗМЕНЕНИЙ
- КУЛЬТУРА ПРИНЯТИЯ
- ЗНАЧИМЫЙ ВЗРОСЛЫЙ
- ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА СЕБЯ И ДРУГИХ
- ПРАВИЛА И НОРМЫ
- ОСОЗНАНОСТЬ/РЕФЛЕКСИЯ
- КОМПЕТЕНТНОСТЬ
- ИНИЦИАТИВНОСТЬ

Б.Фурман (B.Furman),
русская модификация:
Чиркина Р.В., Койкова К.С.,
Бригадиренко Н.В. И др.

6 общегрупповых навыков



Мы соблюдаем режим дня

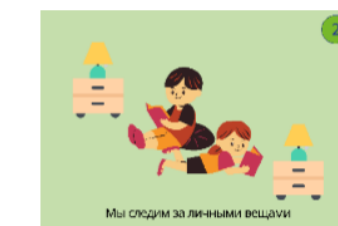
1. Мы соблюдаем режим дня
2. Мы следим за личными вещами
3. Мы справляемся с домашней работой
4. Мы слушаем инструкции учителя
5. Мы умеем решать споры самостоятельно
6. Мы умеем держать себя в руках



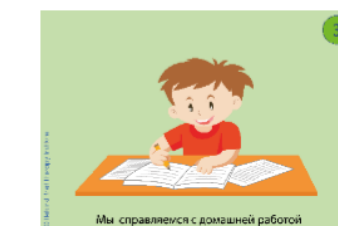
Мы следим за личными вещами



1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10



1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10



1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

1. Мы соблюдаем режим дня

2. Мы следим за личными вещами

3. Мы справляемся с домашней работой

Мы внимательно относимся к выполнению всех домашних заданий.



18

Я умею ПРИСОЕДИНЯТЬСЯ К ДРУГИМ



15

Я умею ИЗВИНЯТЬСЯ, когда я ОБИДЕЛ КОГО-ТО



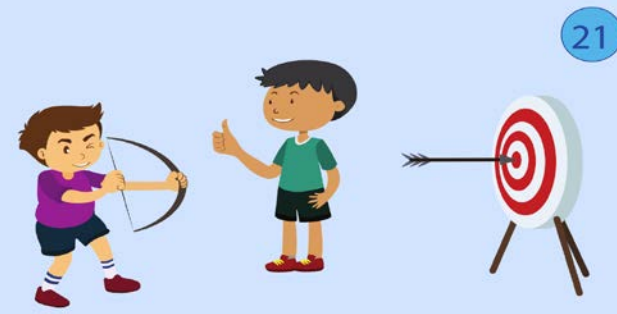
19

Я умею ГОРДИТЬСЯ СВОИМИ ДОСТИЖЕНИЯМИ



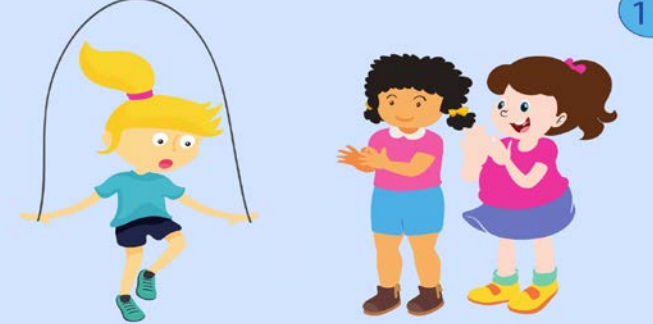
13

Я умею ПРИНИМАТЬ ОТКАЗ



21

Я умею ХВАЛИТЬ других



17

Я умею ПОДДЕРЖИВАТЬ ДРУГИХ



5

Я умею ПРИЗНАВАТЬ свои ОШИБКИ



6

Я умею ПРОИГРЫВАТЬ



8

Я умею ЗАСТУПАТЬСЯ ЗА ДРУГИХ



14

Я умею ОТВЕЧАТЬ на насмешки с ЮМОРОМ



12

Я умею ПЕРЕХОДИТЬ от одного ЗАНЯТИЯ к другому

22 индивидуальных навыка для овладения



3

Я умею ВЫСТУПАТЬ ПЕРЕД КЛАССОМ



16

Я могу ПОТПРОСИТЬ ВЕЖЛИВО



9

Я умею СПОКОЙНО двигаться



20

Я не забываю БЛАГОДАРИТЬ ДРУГИХ



11

Я умею ПРОСИТЬ О ПОМОЩИ



22

Я умею ГОВОРИТЬ 'НЕТ'



2

Я умею СЛУШАТЬ ДРУГИХ



7

Я умею ПОМОГАТЬ ДРУГИМ



10

Я умею ЕСТЬ АККУРАТНО



1

Я умею ЖДАТЬ своей очереди



4

Я умею НЕ ОТВЛЕКАТЬСЯ от работы

15 ШАГОВ АЛГОРИТМА

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 | **13 14 15**

Установочная беседа с детьми

Подготовительный этап



- О Заполняем диагностический опросник
- О Организуем круг сообщества / Сообщаем о приглашении участвовать в проекте
- О Рассказываем о проекте «Умелый класс/Умелая группа»: 2 этапа, праздник, награда
- О Делимся с воспитанниками своим мнением о том, почему мы уверены, что у них есть все шансы на успех
- О Рассказываем о необходимости получить согласие у директора

Оцените, пожалуйста, группу с точки зрения сформированности 6 основных «общегрупповых» навыков.

№	Навык	Оценка сформированности навыка (1-плохо, 10-отлично)									
1	Насколько хорошо группа соблюдает режим дня?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
2	Насколько хорошо группа следит за своими личными вещами?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
3	Насколько хорошо группа справляется с домашним заданием?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
4	Насколько хорошо группа слушает инструкции педагога?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
5	Насколько хорошо группа самостоятельно решает споры?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
6	Насколько хорошо группа умеет успокаиваться?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Прочитайте, пожалуйста, 14 утверждений, касающихся атмосферы Вашей группы и Вашей собственной удовлетворенности работой. Оцените, насколько верны данные утверждения.

№	Утверждение	Оценка (1 - совершенно неверно, 10 - верно)									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Дети помогают друг другу	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
2	Дети поддерживают и мотивируют друг друга	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
3	Дети умеют работать в подгруппах	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
4	Дети вовремя приходят в группу/ на занятие	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
5	Дети дружелюбны друг к другу	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
6	Обычно мне нравится входить в эту группу	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
7	Мне легко удастся заинтересовать детей	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
8	У меня хорошие отношения с представителями детей	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Оцените, пожалуйста, насколько хорошо (по шкале от 1 до 10) каждый воспитанник группы владеет 6 основными и 22 индивидуальными навыками. Отметьте кружком навык, выбранный для освоения.

[illegible]

ЭТАП 1



- о Рассказываем об общегрупповых навыках, обсуждаем их содержание
- о Предлагаем оценить, насколько хорошо группа владеет каждым из приведенных навыков, используя шкалу от 1 до 10
- о На основе оценок определяем навык, который будет осваиваться
- о Реализуем оставшиеся шаги по 15-шаговой системе

15 ШАГОВ: алгоритм «Умелого класса»

1. Вы начинаете работу с совместного мозгового штурма на тему того, каким навыком должны овладеть дети, чтобы справиться со своими проблемами и стать счастливее.
2. Вы договариваетесь с детьми о том, каким навыком они будут овладевать.
3. Вы вовлекаете детей в обсуждение преимуществ владения этим навыком.
4. Вы предлагаете дать навыку название.
5. Вы предлагаете выбрать животное, другое создание или героя в качестве воображаемого союзника.

15 ШАГОВ: алгоритм «Умелого класса»

6. Вы вместе с детьми определяете группу поддержки.
7. Вы помогаете детям обрести уверенность в себе, попросив людей из их окружения рассказать им, почему они уверены в том, что они сумеют освоить нужный навык.
8. Вы предлагаете обсудить, какой праздник будет устроен в честь овладения навыком.
9. Вместе добиваетесь того, чтобы дети представляли, как нужно вести себя или реагировать в определенной ситуации, когда потребуются проявить свой навык.
10. Вы придумываете, как сообщить окружению детей (другим педагогам, детям) об их участии в проекте.

15 ШАГОВ: алгоритм «Умелого класса»

- 11. Придумываете систему фиксации навыка (фишки, карточки, банка с шариками или др.предметами, плоды на дереве и мн.др). Факт успешного проявления навыка у ребенка отмечают в этой системе другие, а не он сам.**
- 12. Придумать форму напоминания, если в какой-то момент навык не проявляется**
- 13. Определите в какой момент можно считать, что навык закрепился. И как только этот момент настанет, нужно провести праздник с участием группы поддержки**
- 14. Поблагодарить всех, кто помогал**
- 15. Поделиться тем, как получилось освоить навык, с другими**

Группы поддержки

Союзники и помощники могут всесторонне поддерживать ребенка:

- хвалить его за то, что он решил овладеть определенным умением;
- демонстрировать заинтересованность в его успехах;
- поздравлять его с достижениями;
- предлагать способы освоения навыка;
- напоминать ему о навыке, если нужно;
- отпраздновать с ним вместе, когда навык будет освоен.

Практика, мотивация и отслеживание успехов

- Заявление на начало программы, разрешение директора, сертификат по окончании этапа.
- Регулярное обращение к установленным знакам, символам, героям
- Постер на входе в «класс/группу» с названием навыка на этапе общей работы
- «Копилка успехов» (куда помещаются символы фиксации успехов каждого)
- Круги сообщества / собрания для обсуждения выбора навыка в начале и успехов после завершения этапа

Символика достижений



- Отпечатки пальцев (краски)
- Стикеры
- Наклейки
- Камушки / конфеты / макароны в банку
- Закрашивание большого рисунка
- Дерево достижений



ЭТАП 2.



- о Рассказываем о 22 индивидуальных навыках
- о Предлагаем оценить, насколько хорошо каждый владеет приведенными навыками
- о На основе оценок определяем навык, который будет осваиваться
- о Реализуем оставшиеся шаги по 15-шаговой системе

Карточки индивидуальных навыков

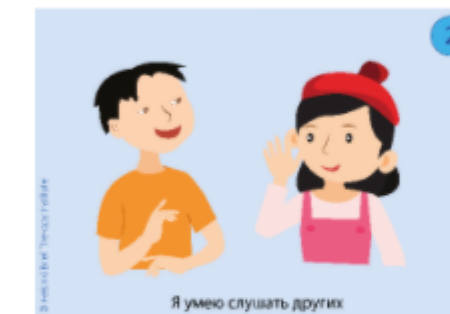


Я умею слушать других

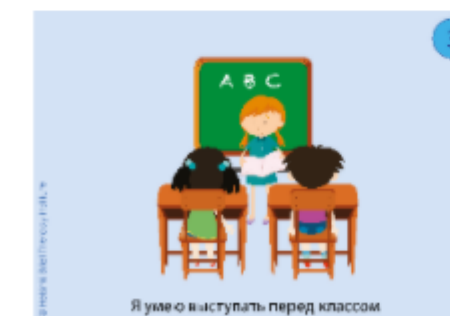
Я умею слушать. Когда мои друзья рассказывают мне что-то, я не буду их перебивать и смогу проявить интерес к тому, о чем они говорят. Я могу сказать: «Расскажи мне подробнее!», «Ого!» или «Серьезно?!»



1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10



1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10



1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

1. Я умею ждать своей очереди

Я могу стоять в очереди, дожидаться своей очереди говорить, следовать указаниям педагога и т.д. Я могу сказать себе: «Хорошо, я подожду», «Не торопись» или «Не спеши».

2. Я умею слушать других, не перебивая

Я умею слушать. Когда мои друзья рассказывают мне что-то, я не буду их перебивать и смогу проявить интерес к тому, о чем они говорят. Я могу сказать: «Расскажи мне подробнее!», «Ого!» или «Серьезно?!»

3. Я умею выступать перед другими

Я умею выступать перед классом или аудиторией. Я достаточно смелый и могу сказать себе: «Я стараюсь изо всех сил, но если я ошибусь, то ничего страшного», «Никто не идеален», «Я это переживу».

Навык

Завершение 2 этапа

Спланированный заранее праздник с присутствием всех помощников:

- ✓ вручение награды,
- ✓ рассказы об успехах.
- ✓ благодарность всем, кто помогал и замечал успехи.



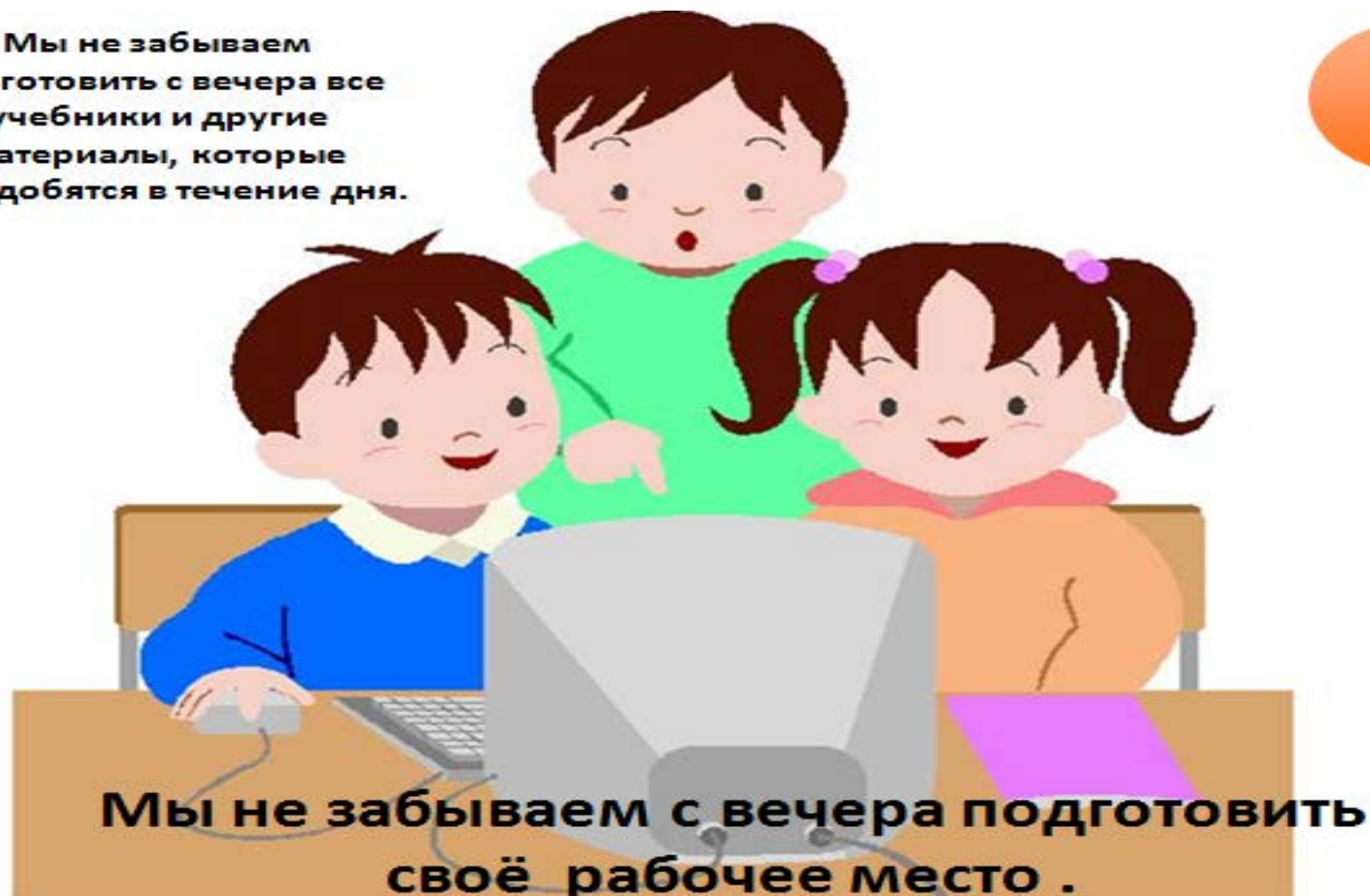


МОСКОВСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПСИХОЛОГО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ

Навыки для дистанционного формата

(разработка: Ресурсный центр «Одаренные дети» на базе МБОУ «МЭЛ им. А.Г. Шнитке», г.Энгельс, Саратовская обл.)

Мы не забываем
приготовить с вечера все
учебники и другие
материалы, которые
понадобятся в течение дня.



1

Мы можем вежливо
попросить своих близких
не мешать во время
дистанционных уроков.



2

Мы умеем создавать для себя комфортные
условия для дистанционного обучения.

- Мы легко переходим от дистанционных занятий к другим
- Мы самостоятельно работаем во время дистанционных уроков
- и другие

Алгоритм программы «Умелый класс»

Что делаем?

✓ переформулируем
проблему ребенка в
умение/навык, которому
ребенок может научиться

Что понимаем?

✓ **навык** - это не
способность не делать
неправильные вещи, а
способность делать что-то
правильное **ВМЕСТО** этого.

Поддержка позитивных
изменений
референтной группой и
значимыми другими



Групповое обсуждение навыков,
отсутствие или недостаточность
которых вызывает проблемы



Выбор группой общего важного
для всех навыка



Освоение навыка по 15-
шаговому алгоритму



Выбор и освоение
индивидуальных навыков

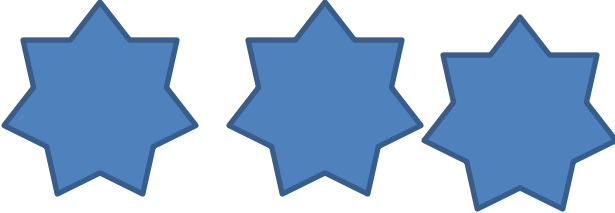
- **ОТ ПРОБЛЕМ – К НАВЫКАМ**
- **ПОДДЕРЖКА ПОЗИТИВНЫХ ИЗМЕНЕНИЙ**
- **КУЛЬТУРА ПРИНЯТИЯ**
- **ЗНАЧИМЫЙ ВЗРОСЛЫЙ**
- **ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА СЕБЯ И ДРУГИХ**
- **ПРАВИЛА И НОРМЫ**
- **ОСОЗНАНОСТЬ/РЕФЛЕКСИЯ**
- **КОМПЕТЕНТНОСТЬ**
- **ИНИЦИАТИВНОСТЬ**

Б.Фурман (B.Furman), Чиркина
Р.В., Койкова К.С., Бригадиренко
Н.В. И др.

Формы фиксации успеха в овладении навыком

Оценка овладения общегрупповым навыком



Имена	Над чем работаем	Получается (отмечают другие)
Антон Б.	Умение благодарить	- Отпечатки пальцев (краски) - ИЛИ Стикеры - ИЛИ Наклейки
Сергей В.	Умение сдерживать эмоции в беседе (сдержанность)	❖* ❖* ❖*
Кирилл А.	Умение извиняться	

Результативность программы

- Дети более адекватно оценивают навыки и себя в целом, преобразуется образ «Я»
- Повышается адаптация к учебной среде, повышается учебная активность
- Повышается продуктивность совместной деятельности
- Учащиеся чаще ориентируются на потребности и интересы друг друга
- Учащиеся чаще взаимодействуют с друг другом
- Уменьшается количество пренебрегаемых и изолированных детей

Результативность программы

- Позитивные изменения самооценки «общеклассных» навыков являются наиболее выраженными при применении программы на втором году школьного обучения
- У детей, участвующих в программе, увеличивается продуктивность совместной деятельности
- Наиболее выраженные изменения в результативности овладения навыками отмечается в коррекционных классах и классах с инклюзией
- Учителя отмечают улучшение ³⁶учебных результатов у отдельных учеников в процессе реализации программы
- Значимые различия в оценке положительных изменений между учителями экспериментальных и контрольных классов/групп отмечены по показателю «У меня хорошие отношения с родителями учеников»



Антибуллинговый потенциал Умелого класса

- Умелый класс обладает не только общепрофилактическим потенциалом, но и конкретно может использоваться как антибуллинговая программа. Метаанализ российских и зарубежных исследований антибуллинговых программ (Стратийчук, Чиркина, 2019), позволил выделить элементы, обеспечивающие их эффективность, и проанализировать использование этих элементов в программе «Умелый класс».
- Элементами, способствующими снижению уровня буллинга являются:
информирование референтных взрослых/родителей, выработка правил класса/группы, классный/групповой менеджмент.
- Программа «Умелый класс», разработанная Беном Фурманом, решает актуальную социальную проблему буллинга в начальных классах школы и может заложить основу для предотвращения буллинга в среднем звене школы.

Антибуллинговый потенциал Умелого класса

- Программа работает с поведенческими паттернами: это помогает предотвратить прямой буллинг, характерный для младшей школы (обзывательства, порчу вещей и т.д.) через тренировку навыков, которые помогают общаться в ненасильственном и уважительном ключе. Работа с навыками поможет школьникам, которые могут быть вовлечены в буллинг в качестве зачинщиков или подвергающихся буллингу из-за недостатка социальных навыков. Таким образом, участие в программе может снизить и уровень буллинга и уровень виктимизации в классе.
- Одновременно программа даёт возможность сформировать отношения внутри коллектива, основанные на поддержке сильных сторон каждого ученика.

Антибуллинговый потенциал Умелого класса

- В реализации программы можно отметить ряд элементов, которые были признаны эффективными для снижения уровня буллинга и виктимизации. Так, для снижения уровня буллинга в «Умелом классе» используются работа с правилами, менеджмент в классе, а также вовлечение родителей и администрации в реализацию программы. Для снижения виктимизации используется работа со сверстниками в группах и с классом в целом, а также поддерживающая совместная работа специалистов.
- Программа «Умелый класс» максимально подходит для младшей школы, так как она опирается на основные психологические особенности детей этого возраста и встроена в логику учебного процесса. А именно: основным проводником программы становится классный руководитель, само овладение навыками встраивается в основную задачу младшего школьного возраста – овладение элементами учебной деятельности.

Антибуллинговый потенциал Умелого класса

- Элементы обучения навыкам: тренировка, освоение отдельных элементов – позволяют разобраться с учебными задачами и учебными способами. Совместное решение об овладении навыком и празднование успеха позволяют развиваться элементам контроля и оценки. А полученные общеклассные навыки с интересом усваиваются в младшем школьном возрасте и потом активно используются в подростковом. Также программа обращается к классу как к целому, не делает акцента на личностных качествах учеников. Программа предлагает опираться на сильные стороны, что выгодно отличает её от большинства интервенций в школе, построенных на выявлении дефекта, ошибки и последующей работе с этой ошибкой.
- Таким образом, программа по профилактике буллинга «Умелый класс» препятствует началу деструктивных отношений в детском коллективе и способствует формированию социальных навыков, а также группового субъекта деятельности

«Миссия выполнима» - навыковая программа для подростков



«Миссия выполнима» - это программа, состоящая из 16 заданий, с помощью которых подросток может определить крутую цель для своей миссии и составить прикольный проект по ее достижению.

Основные этапы:

- Путешествие во времени (образ будущего)
- Выбор проекта (как я буду достигать подходящего мне будущего?)
- Группа поддержки
- Шаги и возвраты
- Награда
- Экспертность в достижении целей



Навыки подростков

№ п/п

Группа навыков

Содержание группы навыков

1

Базовая коммуникация

Умение обеспечить себе и собеседнику двухсторонний обмен информацией, слышать собеседника, быть убедительным. Способность строить свое поведение с учетом действий партнера, понимать относительность мнений.

2

Навыки убеждения и аргументации

Умение добиваться поставленных целей в спорных вопросах, при этом сохранять и укреплять отношения в группе.

3

Эмоциональный интеллект

Умение осознавать свои эмоции, распознавать эмоции других людей и действовать в соответствии с этой информацией. Способность обнаруживать разницу эмоциональных состояний участников совместной деятельности.

4

Управление конфликтами

Умение контролировать своё состояние в конфликтных и стрессовых ситуациях, находить наиболее оптимальное решение, удовлетворяющее участников общения. Способность без агрессии, конструктивно разрешать конфликты.

5

Критическое мышление

Привычка проверять поступившую информацию на достоверность, прежде чем ею воспользоваться.

Навыки подростков

№ п/п

Группа навыков

Содержание группы навыков

6

Публичные выступления и презентации

Умение выступать публично, свободное владение устной речью, умение удерживать внимание публики на своём выступлении.

7

Аналитическая работа с информацией и принятие решений

Умение решать сложные задачи, находить своевременные и оптимальные решения на основании проведённой аналитической работы.

9

Лидерство и командная работа

Умение создать среду, в которой принимаются различия между людьми, объединяются их усилия, обеспечивающие достижение наилучших результатов для команды. готовность предложить партнеру план общего действия;

10

Ассертивное поведение

Навыки уверенного поведения, умение не провоцировать конфликт и не позволять другим людям вас обижать.

11

Основы самоменджмента

Умение рационально использовать время, выполнять работу с меньшими затратами энергии, что уменьшает загруженность, спешку и стрессы.

ЭТАП 1

Подростки

Классный /групповой час по началу игры в навыки. Проводится в формате Круга сообщества.

Вопросы Круга (с фиксацией на доске или флипчарте):

- Какими вы хотите видеть себя в будущем, а именно, чему, как вы считаете, нужно научиться, чтобы успешно справляться с разными жизненными задачами и проблемами?
- Назовите навыки или качества, над которыми каждый из вас мог бы начать работать уже завтра.
- Что вы готовы делать, чтобы это получилось? (Здесь ведущий начинает с себя, задавая тон: - Я готова вместе с каждым из вас продумать план овладения выбранным навыком, и заканчивает тоже ведущий: Я предлагаю нашей группе для того, чтобы все получилось, включиться в тренинг /игру/квест или как решите «Миссия выполнима» и рассказывает правила игры)
- o Обсуждается и голосуется выбор группой варианта начала работы: 1. каждый работает над своим навыком или 2. вся группа выбирает общий навык и начинает с него, а потом переходит к индивидуальным навыкам.

Если выбран общий навык:

- o Предлагаем оценить, насколько хорошо группа владеет каждым из приведенных навыков, используя шкалу от 1 до 10
- o На основе оценок определяем навык, который будет осваиваться
- o Реализуем оставшиеся шаги по 15-шаговой системе

План овладения навыком

1. Дайте имя навыку.

Назовите выбранный навык, чтобы мы сразу поняли, о чем идет речь...такое секретное слово.

2. Почему важно научиться этому навыку?

Какая польза лично вам, что ваш класс будет обладать этим навыком?

Какая польза классу, что у всех вас будет этот навык?

Какая польза вашему учителю от того, что у вас есть этот навык?

3. Обсудите насколько хорошо вы хотите овладеть навыком?

Как все узнают, что вы освоили этот навык?

Что должно произойти, чтобы вы все могли сказать: «Мы освоили этот навык и теперь у нас все хорошо!»

Что вы можете продемонстрировать, чтобы показать всем, что навык сформирован?

План овладения навыком

4. Решите, как вы будете помогать друг другу в освоении навыка?

Как вы будете следить, что используете навык? Как вы будете напоминать себе о навыке утром и днем? Если один из членов вашей команды забывает о навыке, как вы будете напоминать ему о навыке, мягко и по-доброму?

Какой жест или кодовое слово вы будете использовать, чтобы напомнить друг другу?

Как вы будете хвалить друг друга? Какой **жест** вы будете использовать, чтобы сказать друг другу такие вещи, как “хорошо сделал!” или “хорошая работа!”?

Как вы будете следить за своими успехами? Какой символ вы можете нарисовать на листе бумаги, в блокноте или на плакате, чтобы отметить свои успехи?

Как вы будете информировать учителя о своих успехах?

Как вы будете фиксировать на видео результат (может быть и процесс) работы.

5. Выберите (придумайте) помощника или существо силы.

Очень часто в фильмах, сказках главному герою, что-то или кто-то помогает: сказочное существо, волшебная палочка, фея, волшебник ...которые могут:

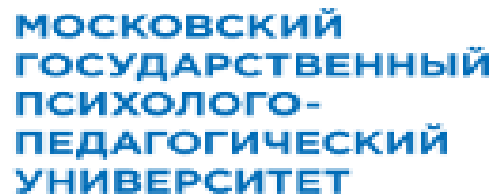
помогать сохранять уверенность,

давать силы для тренировки,

напоминать о том, что надо практиковать навык,

успокаивать и поддерживать.

Кто он?



Рефлексивная оценка изменений *

** В конце каждого этапа изменений по параметрам, над которыми идет работа, оценочная шкала (на каждом этапе работы по плану)*

Признавать свои ошибки 1	10
--------------------------	----

Быть собранным 1 10

Благодарить	1	10
-------------	---	----

_____1_____10

_____ 1 _____ 10

1 10

1 10

1 10

Социально-эмоциональные навыки в контексте образования

(Социально-эмоциональная компетентность)

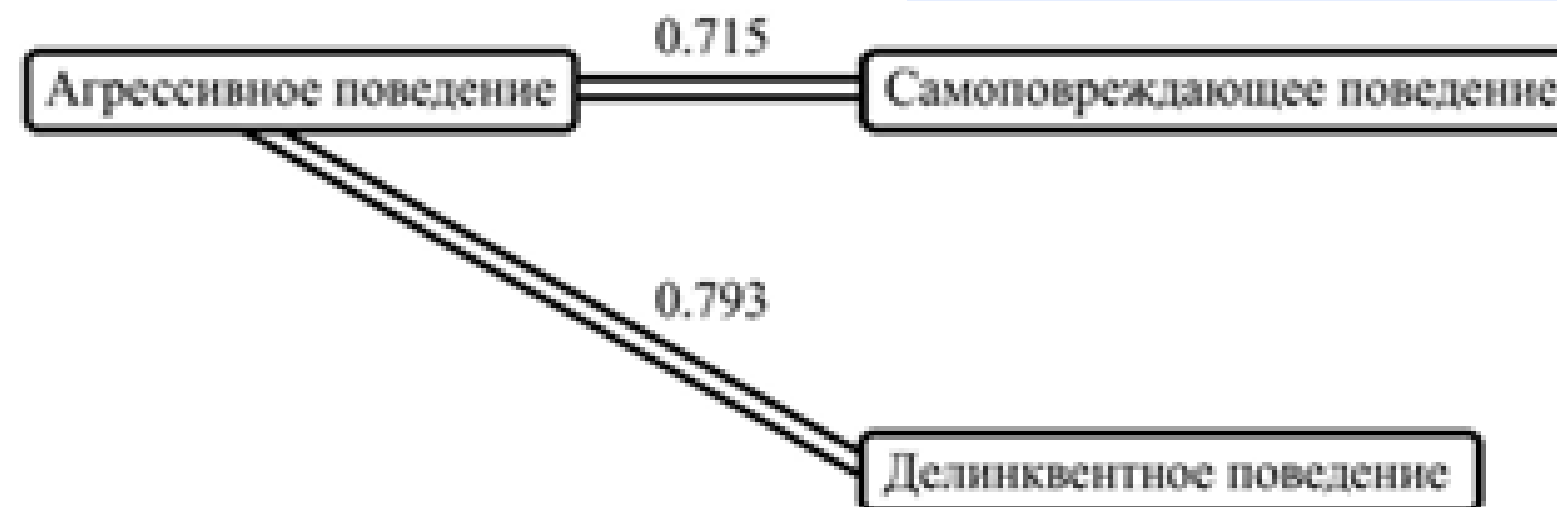
- Навыки, которые позволяют людям распознавать свои эмоции и управлять ими,
- Успешно справляться с конфликтами,
- Понимать и проявлять сочувствие к другим,
- Устанавливать и поддерживать позитивные отношения,
- Следовать этике,
- Вносить конструктивный вклад в их референтные сообщества,
- Устанавливать цели и достигать их

[Payton et al., 2008; Durlak et al., 2011].



Мишень влияния: Социальный остракизм и нарушенные потребности в механизме радикализации

ПУТЬ К АНТИСОЦИАЛЬНОМУ ПОВЕДЕНИЮ И РАДИКАЛИЗАЦИИ



МИШЕНИ ВОЗДЕЙСТВИЯ	«УМЕЛЫЙ КЛАСС/ УМЕЛАЯ ГРУППА»	ВОССТАНОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ
Принятие норм и правил	✓ В игре и перенос на другие ситуации	✓ Норма обращаться к сообществу в сложных ситуациях
Социально-эмоциональные навыки и навыки саморегуляции	✓ Рост самооценки и внешней оценки общегрупповых и инд. навыков	✓ Навыки принятия решений и разрешения проблем и конфликтов
Ответственность	✓ За результаты группы и свои	✓ Все параметры ответственности
Положительные изменения в отношениях	Между детьми, учителями, родителями	Между акторами проблемных отношений
Положительная динамика психологических параметров у детей	Самооценка, статус в группе, доверие, удовлетворенность, взаимодействие	Снижение тревожности в сложных ситуациях

Программы повышения квалификации МГППУ

- Восстановительные технологии в работе с несовершеннолетними, их семьями и социальным окружением (108 часов: вариативная комбинация трех модулей по 36 часов, с международным участием)
- Современные технологии управления социальными рисками в сфере детства (108 часов: вариативная комбинация трех модулей по 36 часов, ЭУК)

Магистерские программы

Направление – Психолого-педагогическое образование

- **Управление социальными рисками детства: проектирование, оценка, экспертиза**
- **Восстановительный подход в сфере семьи и детства**

Эвристическое задание на дом



1. Сформулируйте навык, отсутствие которого создает проблему вашим ученикам (одному или всему классу/группе) в значимой ситуации общения (на уроках, переменах, на мероприятиях и пр.)
2. Проверьте, правильны ли ваши предположения, спросив у ребят, чему они могут научиться, чтобы этой проблемы больше не было.
3. Каким навыком вы хотели бы овладеть сами и какую проблему этот навык мог бы решить/предупредить?
4. Потренируйтесь в переформулировании проблем в навыки.
5. Прочитайте «Педагогическую поэму» А.С.Макаренко и описание 15-шагов алгоритма детских навыков Б.Фурмана. Есть ли параллели и сходные механизмы в обоих подходах?

КАК РЕАЛИЗУЕТСЯ ПРОГРАММА?

Площадка-участник использует программу Умелый класс при методическом и исследовательском сопровождении от факультета юридической психологии МГППУ.

Программа реализуется командами из специалистов организации: учитель/воспитатель - дети - социальный педагог/психолог. Состав команд может меняться в зависимости от специалистов, реализующих методику.

За каждой площадкой закрепляются студенты-кураторы, помогающие проводить программные мероприятия (психологический мониторинг на входе-выходе, мероприятия в классе, родительские собрания).

Данные психологического мониторинга направляются в МГППУ в целях исследования.

При желании, представители площадок делятся своим опытом применения методики, участвуя в научных конференциях МГППУ.

Участие родителей, как группы поддержки, является желательным. Родители, как и специалисты организации, могут пройти обучение методике **Kids' Skills**.



МОСКОВСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПСИХОЛОГО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ

Видео запись секций

Международной онлайн-конференции «Коченовские чтения. Психология и право в современной России» 2020 и 2022

- Площадка международного опыта «Социальные риски детства в правовом контексте: проблемы, достижения, технологии» и «Мастерская «навыкового» подхода к профилактике девиантного поведения» с участием Б. Фурмана, российских, финских и китайских исследователей опыта реализации программы Skilful class – Умелый класс.

<https://youtu.be/tuPqNiilyZg>

- Практики профилактики социальных рисков детства:

Доказательный подход и оценка эффективности (Умелый класс)

https://youtu.be/yH6qQuHO_Wo

Опыт реализации программы Умелый класс был представлен в рамках II Всероссийского образовательного форума «Учитель – будущее России» 01 - 09 октября 2022 г.

Вебинар «Навыковое» мышление: новый взгляд на детей. Фестиваль региональных площадок “Умелый класс”. <https://www.youtube.com/watch?v=BP6SKdqb2II&t=1s>

Публикации 2020 - 2024 гг.



1. Чиркина Р.В., Бойкина Е.Э., Койкова К.С., Бригадиренко Н.В., Стратийчук Е.В., Тишкова Ю.В., Чеботарев И.В. Оценка профилактического потенциала технологии «Умелый класс» в формировании социально значимых навыков у детей [Электронный ресурс] // Психология и право. 2020. Том 10. № 4. С. 93–110. DOI:10.17759/psylaw.2020100407
2. Бригадиренко, Н.В., Горина, А.Л., Дементьев, А.С., Кимстач, Е.Л., Коновалов, А.Ю., Куприянова, Е.А., Сидоренко, З.М., Стратийчук, Е.В., Чиркина, Р.В. (2024). Анализ эффективности программ психологической профилактики девиантного поведения в институциональных условиях воспитания несовершеннолетних. *Вестник практической психологии образования*, 21(4), 219–240. <https://doi.org/10.17759/bppe.2024210419>
3. Shuanghong Jenny Niua, Hannele Niemia (*Faculty of Educational Sciences, University of Helsinki, Finland*), Teachers Support of Students' Social-Emotional and Self-Management Skills Using a Solution-Focused Skillful-Class Method / *The European Journal of Social and Behavioural Sciences EJSBS* Volume XXVII (eISSN: 2301-2218). © 2020 Published by Future Academy . <https://doi.org/10.15405/ejsbs.269> (сравнение эффективности программы Умелый класс в Финляндии и Китае).
4. Методические рекомендации «Современные технологии и модели профилактики девиантного поведения с доказанной эффективностью»: Учебно-методическое пособие под ред. Р.В. Чиркиной / Н.В. Бригадиренко, А.А. Воронкова, А.Л. Горина, А.Ю. Коновалов, З.М. Сидоренко, Е.В. Стратийчук, Е.Г. Пастухова, Р.В. Чиркина. — М.: МГППУ, 2026. — 71 с. — Текст: электронный: <https://psyjournals.ru/nonserialpublications/mtmpdbpe2026/mtmpdbpe2026.pdf>
5. <https://psyjournals.ru/nonserialpublications/mtmpdbpe2026/mtmpdbpe2026.pdf>



МОСКОВСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПСИХОЛОГО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ

Контакты

<https://mgppu.ru/project/83>

<https://mgppu.ru/project/83/info/5223>

127051, Москва, ул. Сретенка, д. 29, каб. 306,
тел. +7 (495) 632-99-97 (деканат, кафедры)

Е-mail магистратуры: jp-magistr@mail.ru

Вопросы и заявки по сотрудничеству:

Чиркина Римма Вячеславовна, заведующая кафедрой
юридической психологии и права
chirkinarv@mgppu.ru



Факультет юридической психологии
Домашняя страница
<http://jp.mgppu.ru>



<https://www.rospsy.ru/>