

Конспект профилактического занятия "Буллинг в школе"

Профилактическое занятие для учащихся 5-7 классов по теме «Буллинг в школе»

Цель занятия: профилактика буллинга в школьной среде.

Задачи занятия:

1. Формирование негативного отношения детей к таким понятиям, как *травля, буллинг, психологическое насилие*.
2. Развитие навыков выхода из ситуаций травли.
3. Воспитание толерантного отношения к сверстникам.
4. Развитие навыков межличностного взаимодействия.

Структура занятия:

1. **Вводная часть.**
Приветствие. (Упражнение "Смешное приветствие")
Правила работы группы.
2. **Основная часть:**
 - демонстрация отрывка из мультфильма "Гадкий утенок"
 - формулировка темы занятия
 - мини-лекция "Буллинг в школе" с демонстрацией презентации
 - упражнение "Чем мы отличаемся друг от друга" - "Чем мы похожи друг на друга"
 - упражнение "Этюды"
 - упражнение "Черты человека"
 - упражнение "Ярлыки"
3. **Заключительная часть:**
 - подведение итогов занятия
 - рефлексия

Ход занятия

1. Вводная часть

Психолог: Доброе утро, ребята! Я рада видеть ваши лица, ваши улыбки, и думаю, что этот день принесет нам радость, общение **друг с другом**. Хорошего нам настроения и успехов! Все ли готовы к занятию? Тогда вперед!

Упражнения "Смешное приветствие".

Ребята, давайте вспомним правила работы группы:

- Мы всегда помогаем друг другу
- На занятии все относится друг к другу с уважением;
- Говорим по очереди и внимательно слушаем друг друга
- Каждый имеет право сказать, что он думает и чувствует.

2. Основная часть

Ребята, прежде, чем мы определим тему нашего занятия, я хочу показать вам отрывок из старого мультфильма, который вы все хорошо знаете.

Демонстрация отрывка из мультфильма "Гадкий утенок" (2-3 мин)

Психолог: Итак, ребята, кто вспомнит как называется эта сказка и кто ее автор? (*ответы детей*)

Психолог: Ребята, скажите, какие чувства вы испытываете к утенку? Хочется ли вам его защитить от нападок **других птиц**? Чем вызвал недовольство окружающих бедный утенок?

Психолог: Верно, он был не похож на **других** птиц этого птичьего двора, а главное – он им попросту не нравился.

-А можно ли встретить подобную ситуацию среди людей? (*ответы детей*)

К сожалению, такое явление бывает и среди людей. Особенно часто оно встречается в детских коллективах. Дети тоже могут обижать других детей, которые им не нравятся. Только эти дети не всегда понимают всю серьезность своих поступков. Они думают, что просто играют, смеются и шутят. Но это совсем не забава. А именно: когда человека намеренно доводят до слез, согласованно и постоянно дразнят, когда отбирают, прячут и портят его вещи, когда толкают, щипают и бьют, когда обзывают и подчеркнута игнорируют.

– Определите из всего сказанного тему нашей беседы (дети высказывают свои предположения). Как вы думаете, о чем пойдет речь у нас сегодня? Правильно, о травле или другое название этого явления – буллинг.

Работа с понятиями.

Психолог: С травлей вы все сталкивались неоднократно. К сожалению, классы, где кого-то травят, встречаются чаще, чем классы, в которых все живут дружно. Давайте подумаем, что это такое? В чем проявляется травля?

Ответы детей. (Когда кого-то постоянно обижают, оскорбляют, с кем-то не здороваются и отказываются сидеть и стоять рядом, когда отнимают, прячут, портят чьи-то вещи, когда кого-то толкают, бьют, унижают, угрожают) – это называется травля.

Демонстрация презентации, мини-лекция психолога.

Слайд 2. Вот несколько мальчиков отняли у одного шапку и кидают друг другу, а он мечется между ними и не может ее поймать. Они «просто играют»? Может быть, если тот, чья шапка тоже весело смеется. Если сегодня кидают его шапку, а завтра – другого мальчика. Если поиграв в шапку, они пойдут дальше все вместе, весело болтая. Но что, если все иначе? Если всем весело, а тому, чья шапка – вовсе нет? Потому что он знает, что сегодня и вчера и завтра будут бросать именно его шапку, или другую его вещь. Потому что они не просто кидают – они смеются над ним и говорят обидные слова. Потому что потом они швырнут шапку и пойдут дальше вместе, давая понять – что он не с ними.

Слайд 3. Мы все знаем и чувствуем разницу между игрой и травлей. В игре весело должно быть **всем**. В игру **все** вступают добровольно. В игре роли меняются: сегодня ты водишь, завтра я. При травле удовольствие получают не от того, что ловко бросают и ловят предмет. Все удовольствие в издевательствах над человеком, в веселье по поводу его бессилия, его злости, в наблюдении за тем, как он мечется в кругу громко хохочущих ребят, едва сдерживая слезы. Очень гадкое удовольствие, недостойное хорошего человека.

Слайд 4. А вот девочки сделали очень обидную картинку из фото одноклассницы и отправляют ей ссылку. А под картинкой – комментарии, в которых все стараются задеть ее сильнее. Мы все знаем, что издеваться над людьми плохо. Как же так, может эти девочки не знают? Или они очень плохие люди?

На самом деле они конечно же знают, что это плохо. Поэтому и говорят: «Мы просто шутим», «Мы просто ее не любим», «Она нас бесит». Они хотят верить, что они – хорошие, это тот, кого они обижают – «такой». Сам виноват.

Когда кого-то травят, всегда кажется, что на это есть причина. Он (она) же такой (такая). (Вспомните мультфильм «Гадкий утенок» – за что его не принимали на птичьем дворе? – ... он не такой, как все). Так и у людей. Какой такой? На самом деле, неважно. Слишком умный, слишком глупый, слишком толстый, слишком худой, слишком странный, слишком обыкновенный, так одет, сяк одет, тем увлекается, этим занимается. Да какая разница. Что-нибудь да найдется. Потому что дело не в том, кого травят, не в его качествах и особенностях. Если бы это было так, то было бы одно и то же во всех ситуациях: скажем, всегда травят толстых или двоечников. Но есть множество полных ребят, которых не трогают. И есть очень стройные, над которыми издеваются. Есть двоечники, с которыми все дружат, и есть отличники, которым не дают прохода. Нет никаких особых, специальных качеств, которые заставляют травить человека. И нет никаких качеств, которые бы точно от травли спасали. Травля не связана с конкретными людьми. Травля – это плохое правило, которое завелось у группы. Если в классе принято травить, то травить могут кого угодно и за что угодно. А если нельзя, то очень разные дети могут в нем жить дружно и спокойно.

Когда в классе или в любой другой группе возникает травля, это очень плохо. Травля – это болезнь. Бывают такие болезни, которые поражают не людей, а группы, классы, компании. Если человек не моет руки, он может подхватить инфекцию и заболеть. А если группа не следит за чистотой отношений, она тоже может заболеть – насилием.

Слайд 5. В буллинге участвуют три стороны: жертва, зачинщик и последователи.

Слайд 6. Жертва. Иногда кажется, что это плохо только для того, кого обижают. Ему обидно, он расстраивается. Он не хочет ходить в школу. Да, ему действительно несладко. Но травля – это плохо не только для пострадавшего.

Слайд 7. А как же те, кто начал издевательство? Кто первый начинает кидать шапку и постить оскорбления? Кто все это придумывает? Может быть, хотя бы им по-настоящему весело и хорошо? Нет, вряд ли. Спокойные, уверенные в себе люди обычно бывают добрыми. Если они сильнее, старше или умнее других, они скорее склонны позаботиться, помочь, защитить. Они придумывают игры, интересные для всех, и шутки, от которых весело каждому. Травлю начинают не от хорошей жизни. Может быть, у человека плохо на душе из-за того, что дома родители ссорятся, и ему хочется слить на кого-то свое раздражение. Может быть, он очень хочет быть первым и главным, но не уверен, что на это у него хватит талантов, вот и изобретает такой способ самоутвердиться. Может быть, над ним самим раньше издевались, и теперь он совсем не хочет оказаться на месте жертвы и побыстрее занимает место обидчика. Последствия травли одинаково опасны для всех – и для зачинщиков, и для жертв. У зачинщиков всегда будут проблемы с друзьями – (дружба, основанная на страхе, это не дружба); Никто не хочет общаться с жестокими людьми, никто не хочет с ними вместе работать и отдыхать. Может быть, их будут опасаться, но любить вряд ли.

Слайд 8. Последователи – те, кто поддерживает зачинщика или просто стоит в стороне.

Слайд 9. Именно страх самому оказаться жертвой часто заставляет участвовать в травле неплохих, в общем-то ребят. Им вроде и стыдно, и противно, и неловко, но пока они с теми, кто издевается, пока они смеются вместе со всей толпой, они чувствуют себя хоть немного, но в безопасности. Сегодня жертва – кто то, а не я. И очень важно, чтобы всё так и осталось. Заступиться еще страшней – получится, что

я не со всеми, значит и мне достанется. И, скорее всего, достанется. Ведь на самом деле все знают, что ведут себя недостойно. Ребята, вспомните сказку про гадкого утенка. Обычно, читая эту сказку, мы думаем о главном герое, об утенке. Нам его жаль, мы за него переживаем. Но подумайте о вот этих курах и утках. С утенком-то все потом будет хорошо, он улетит с лебедями. А они? Они так и останутся тупыми и злыми, неспособными ни сочувствовать, ни летать. Когда в классе возникает похожая ситуация, каждому приходится определиться: кто он-то в этой истории.

Слайд 10. Кибербуллинг – травля в интернете. Как себя вести, если вас обижают в сети? Не отвечайте на травлю в онлайн-пространстве.

Если вас пытаются оскорблять смс-сообщениями, через социальные сети, электронную почту, не отвечайте. Особенно если послания анонимные.

Если поступают угрозы, сообщите взрослым.

Упражнение "Чем мы отличаемся друг от друга" – "Чем мы похожи друг на друга".

А сейчас я предлагаю обратить внимание на то, что мы все разные. Например, у меня и Анастасии волосы разного цвета, Мария и Александр – разного пола, а Настя и Олег – сегодня одеты в пуловеры разной цветовой гаммы. У нас разные национальности, возраст, пол, вес, цвет глаз и т.п.

Вопросы для обсуждения: Как вы думаете, насколько важно искать различия между людьми? Часто ли вы делаете это в жизни? Приносит ли вам это пользу?

Правильно, лучше мы будем искать то, чем мы друг на друга похожи, какие у нас есть схожие черты, качества. Например, у нас со Светой одинаковые имена. Кто из вас слушает музыку одной группы? Кто ходит в одну секцию, посещает один факультатив или элективный курс? Кто продолжит? (следим затем, чтобы все дети были названы).

А сейчас я предлагаю вам посмотреть на слайд, где представлены характеристики человека, в поведении которого присутствуют:

- оскорбления, насмешки;
- игнорирование (отказ в беседе, в признании);
- негативные стереотипы и предрассудки (составление обобщенного мнения о человеке, принадлежащем к иной культуре, полу, расе, этнической группе, как правило, на основе отрицательных характеристик);
- преследования, запугивания, угрозы

Вопросы для обсуждения: Кто хочет иметь такого друга, товарища, одноклассника? Почему?

Вернемся к слайдам.

Здесь представлены качества и характеристики другого человека:

1. Готовность принимать мнение другого человека, его верование.
2. Уважение чувства человеческого достоинства.
3. Уважение прав других.
4. Принятие другого таким, какой он есть.
5. Способность поставить себя на место другого.
6. Уважение права быть другим.
7. Признание многообразия людей, мнений, религий и т.д.
8. Признание равенства других.
9. Отказ от насилия и жестокости по отношению друг к другу.

Вопросы для обсуждения: Вам понятны все положения? Кто бы хотел иметь друга, у которого есть данные качества? Хотите учиться вместе с такими одноклассниками? Почему?

Посмотрите на 3 пункт – стереотипы, т.е навешивание ярлыков. Давайте поиграем в «Ярлыки».

Упражнение "Ярлыки".

Распечатки: «ленивый», «злой», «неудачник», «равнодушный», «бездельник», «балбес», «безответственный», «несерьезный», «драчун», «прогульщик».

Раздать участникам случайным образом.

Вопросы для обсуждения:

Ребята, нравится ли вам такая наклейка?

Почему?

Вы хотите от неё избавиться?

Почему?

Сейчас вы рвете этот ярлык на мелкие кусочки, выбрасываете, а я раздаю вам другие наклейки: «умный», «красивый», «талантливый», «отзывчивый», «добросовестный», «сообразительный», «активный», «образованный», «воспитанный», «эрудит».

Вопросы для обсуждения:

Что вы чувствовали, как вы себя ощущаете?

Существуют ли “наклейки” в реальной жизни?

Всегда ли ваше мнение о других людях соответствует реальному?

3. Подведение итогов занятия

Психолог: то, о чем мы сегодня говорили – недопустимо. Никогда и ни в каком случае не оправдано. Вы должны знать: травля – это плохо! Люди могут быть очень разными они могут нравиться друг другу больше или меньше, но это не повод травить и грызть друг друга, как пауки в банке.

Рефлексия. Вы получили смайлы. Если вам понравилось занятие, вы узнали что-то новое, полезное для себя, то дорисуйте рот таким образом, чтобы получился улыбающийся смайл, если понравилось наполовину, то начертите вместо рта горизонтальную черту, если вам совсем не понравилось – сделайте смайл грустным. Спасибо за работу!

При подготовке использованы следующие материалы:

1. Мультфильм «Гадкий утенок» (Союзмультфильм, 1956 г)
2. Методическое пособие «Травли нет» Петрановская Л. <https://xn--80aejlonqph.xn--p1ai>
3. Петрановская Л. «Детки в клетке» <http://ludmilapsycholog.livejournal.com/81492.html>