

Класный час «Буллинг: учимся защищать себя и друзей».

Цель занятия: профилактика буллинга в школьной среде

Задачи занятия:

Формирование негативного отношения детей к таким понятиям, как травля, буллинг, психологическое насилие.

Развитие навыков выхода из ситуаций травли.

Воспитание толерантного отношения к сверстникам.

Развитие навыков межличностного взаимодействия.

Структура занятия:

Вводная часть. Приветствие. Правила работы группы.

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 «Черты человека»

— упражнение «Ярлыки»

--- прием "Заключение контракта".

Заключительная часть:

— подведение итогов занятия

— рефлексия

Ход занятия

Вводная часть

Доброе утро, коллеги (ребята)! Я рада вас сегодня видеть.

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.

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)

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

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

Педагог: 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 подчеркнуто 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. Но также о том, как мы будем учиться защищать себя и друзей.

Работа с понятиями.

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.

Педагог: В последнее время появились новые понятия такие как: буллинг и моббинг. Сегодня мы с ними познакомимся (слайды на презентации)

(Слайд 1) Буллинг (от английского bully - хулиган, драчун, задира, грубиян, на-сильник) — травля одного человека другим, агрессивное преследование одного ребенка другими детьми. Буллинг – это систематическое физическое насилие, словесные оскорбления и запугивание детей со стороны одноклассников

(Слайд 2) Выделяют несколько типов буллинга:

- **Физический.** Он проявляется, умышленными толчками, ударами, пинками, побоями или нанесение иных телесных повреждений и др. ;
- **Поведенческий.** Это бойкот, сплетни (распространение заведомо ложных слухов, выставляющих жертву в невыгодном свете, игнорирование, изоляция в коллективе, интриги, шантаж, вымогательства, создание неприятностей (крадут личные вещи, портят дневник, тетради).
- **Вербальная агрессия.** Выражается в постоянных насмешках, подколах, оскорблениях, окриках и даже проклятиях.
- **Кибербуллинг.** Самое последнее, но очень популярное среди подростков. Проявляется в травле при помощи социальных сетей или посылании оскорблений на электронный адрес. Сюда входит съемка и выкладывание неприглядного видео в общий доступ.

Моббинг— форма психологического насилия в виде травли в коллективе. Виды моббинга: бойкот, придирки, насмешки, предоставление ложной информации, доносительство, различные издевательства.

И буллинги моббинг – это проявление психологического насилия.

(Слайд 3) Примеры буллинга. Вот несколько мальчиков отняли у одного вещь и кидают друг другу, а он мечется между ними и не может ее поймать. Они «просто играют»? Может быть, если тот, чья вещь, тоже весело смеется. Если сегодня кидают его игрушку, а завтра – другого мальчика. Если поиграв в чужую вещь, они пойдут дальше все вместе, весело болтая.

Но что, если все иначе?

Если всем весело, а тому, чья вещь – вовсе нет? Потому что он знает, что сегодня и вчера и завтра будут бросать именно его тетрадь, книгу, или другую его вещь. Потому что они не просто кидают – они смеются над ним и говорят обидные слова. Потому что потом они швырнут эту вещь и пойдут дальше вместе, давая понять – что он не с ними.

Мы все знаем и чувствуем разницу между игрой и травлей. В игре весело должно быть всем. В игру все вступают добровольно и 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.

А вот девочки сделали очень обидную картинку из фото одноклассницы и отправляют ей ссылку. А под картинкой – комментарии, в которых все стараются задеть ее посильнее.

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.

(Слайд 4) 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 наблюдатели.

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. Зачинщик. А как же те, кто начал издевательство? Кто первый начинает кидать вещи 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. Наблюдатели – те, кто поддерживает зачинщика или просто стоит в стороне. 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 9. 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.

(слайд 10) 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 Оксаны волосы разного цвета, Таня и Сережа – 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:

Готовность принимать мнение другого человека, его верование.

Уважение чувства человеческого достоинства.

Уважение прав других.

Принятие другого таким, какой он есть.

Способность поставить себя на место другого.

Уважение права быть другим.

Признание многообразия людей, мнений, религий и т.д.

Признание равенства других.

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?

(Слайд 11) Упражнение «Ярлыки».

А теперь вспомним, что такое стереотипы, т.е. навешивание ярлыков. Распечатки: «ленивый», «злой», «неудачник», «равнодушный», «бездельник», «балбес», «безответственный», «несерьезный», «драчун», «прогульщик».

Раздать участникам случайным образом.

Вопросы для обсуждения: 1. Ребята, нравится ли вам такая наклейка? 2. Почему? 3. Вы хотите от неё избавиться? 4. 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: 1. Что вы чувствовали, как вы себя ощущаете? 2. Существуют ли «наклейки» в реальной жизни? 3. Всегда ли ваше мнение о других людях соответствует реальному?

Это было упражнение, как не надо делать в социуме.

(Слайд 12) Для того, чтобы научиться себя правильно вести в классе, мы используем прием "**Заключение контракта**". Он поможет сформулировать позитивные правила жизни в группе и заключить контракт.

Я предлагаю вам записать свод правил, которым мы все будем следовать. Вы будете работать в паре и предлагать правила

Например:

1. У нас не оскорбляют друг друга.
2. У нас не выясняют отношения с кулаками друг друга.
3. У нас не смотрят спокойно, если двое дерутся -- их разбирают.
4. Не смеются над чужими недостатками.
5. Не портят чужие вещи.
6. Будем дорожить дружбой, ведь мы одна команда.
7. Твой класс--это твоя семья.

Правила выписываются на большом листе, и за них все голосуют. Еще лучше, чтобы каждый поставил в графе свою подпись, что обязуется их выполнять. Если правила кто-то нарушает, ему могут просто молча указать на плакат с его собственной подписью.

Подведение итогов занятия

Я думаю, что после сегодняшнего занятия вы поняли, что буллинг-это то, что недопустимо в коллективе. И нам нужно принимать и понимать друг друга. План беседы с детьми должен содержать такие ключевые моменты

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:

Мультфильм «Гадкий утенок» (Союзмультфильм, 1956 г)

Методическое пособие «Травли нет» Петрановская Л. <https://xn--80aejlonqph.xn--p1ai>

Петрановская Л. «Детки в клетке» <http://ludmilapsyholog.livejournal.com/81492.html>