Государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования Республики Крым "Детский оздоровительный центр "Сокол"

**Методическая разработка**

**семинара практикума**

**«Как противостоять буллингу (травле)**

**в коллективе (группе, классе)?»**

Методист Нестеренко Е.В.

с. Соколиное 2023г.

Эта встреча о том, что замалчивается, считается постыдным или не упоминается в разговоре взрослых - травля группой одного. Сейчас много говорят об этом в соц. сетях, занимая разные позиции по отношению к тяжелому психологическому феномену буллинга. Для тех, кто хотят быть в реальности и знать, что делать с травлей и ее последствиями. Использование данного материала возможно при разработке методического или педагогического совета. В помощь педагогу.

Содержание.

Информационная карта

Введение

Основная часть

Заключение

Список литературы

Приложение 1 Что делать не надо (карточки)

Приложение 2 Что можно сделать (карточки для лото/дорожная карта)

Информационная карта

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1 | Название | «Как противостоять буллингу (травле)? |
| 2 | Форма | Семинар практикум, в интерактиве использован принцип игры «лото» |
| 3 | Продолжи -  тельность | До одного часа |
| 4 | Возраст участников | Старшеклассники, педагоги, родители |
| 5 | Кол-во | От 10 чел |
| 6 | Время  проведения | Удобное для всех участников встречи |
| 7 | Техническое обеспечение | Два микрофона, фоновая музыка |
| 8 | Музыкальное оформление | Трек на начало(вступление) и конец мероприятия |
| 9 | Необходимый реквизит | комната или студия стулья по количеству участников встречи, столы для перемешанных карточек(Приложение 1 и2), магнитная доска магниты 20шт |
| 10 | Цель | Узнать больше, перестать бояться говорить, уберечь своих детей и себя в ситуации травли, научиться работать с этой тематикой и её участниками. |
| 11 | Задачи | Найти ответы на вопросы:  Как защитить детей от травли?  Как одних оградить от агрессии, а других удержать от жестокости?  Как уберечь детей и себя в ситуации травли? |
| 12 | Ход мероприятия | 1.Вед. Приветствие. Вступительная часть  2. Основная часть. В зависимости т количества участников, делим на две команды, одни среди разложенных карточек выбирают «Что делать не надо», другие «Что можно сделать». Или каждый участник берёт по нескольку карточек (по принципу билета на экзамене) и крепит свой вариант под карточками соответственно «Что делать не надо» и «Что можно сделать»  3.Подводим итоги и составляем дорожную карту «Что можно сделать, как противостоять буллингу (травле). (работа с залом)  4. Заключительная часть. Отвечаем на вопрос «Можно ли остановить травлю». Подведение итогов. По возможности заполнение анкеты обратной связи. |

Введение

Эта встреча, о том, что замалчивается, считается постыдным или не упоминается в разговоре взрослых - травля группой одного. Сейчас много говорят об этом в социальных сетях, занимая разные позиции по отношению к тяжелому психологическому феномену буллинга

«Детские шалости, дети жестоки... вырастут - пройдет!»  
Или «раз нападают, значит, в чем-то виноват»  
Или «как уберечь ребенка от этого ужаса, он везде» и пр.

**Цель встречи**:

Узнать больше, перестать бояться говорить, уберечь своих детей и себя в ситуации травли, научиться работать с этой тематикой и её участниками.

**Задача**:

Найти ответы на вопросы:

Как защитить детей от травли?

Как одних оградить от агрессии, а других удержать от жестокости?

Как уберечь детей и себя в ситуации травли?

**Вступительная часть:**

Став взрослыми, мы сталкиваемся с последствиями травли, когда «все - на одного». Когда трудно занять свое место в коллективе. Когда другие люди вызывают недоверие. Когда кажется, что лучше промолчать, чем высказаться. Когда молчать - единственное, что человек выбирает, опасаясь травли окружающих**.**

Русское слово «травля», очень точное, однокоренное со словом «отравлять», заставляет нас подумать о последствиях.

Травля буквально способна отравить ребенку детство, сделать школьные годы вовсе не «чудесными», а ужасными. Более того, она способна отравить личность, исказить представление человека о себе, о других, о том, как устроен мир.

Травля (буллинг, моббинг) – это вид группового эмоционального и/или физического насилия. Подвергая человека травле, над ним смеются, издеваются, его подчеркнуто игнорируют, оскорбляют, унижают, толкают, бьют, удерживают силой, отнимают, прячут и портят его вещи и т. д., причем все это делается систематически, группой или агрессором при поддержке группы.

Следует помнить, что жертвой травли может стать любой человек.

Для этого не нужно каких-то особых черт или проблем, ведь буллинг — проблема не жертвы, а коллектива.

Признаками буллинга могут быть:

* боли в животе и груди без оснований, так проявляется стресс и нервное напряжение
* нежелание идти на учебу, ухудшение академических успехов
* нервный тик, энурез — очень тревожные свидетельства стресса
* тревожность, нарушение сна, кошмары
* длительное угнетенное состояние, нежелание разговаривать, особенно если раньше такое поведение было нехарактерным
* проблемы с аппетитом — переедание или отказ от пищи
* излишняя уступчивость и осторожность
* исчезновение личных вещей, одежды, денег
* царапины, синяки, порванная одежда
* удаление аккаунта в соцсетях (это может быть попыткой защититься от преследования онлайн)

Похоже на поведение любого подростка? К сожалению, именно из-за этого большинство родителей замечает неладное слишком поздно.

**Основная часть**

Мы должны понимать, что дети не выбирали быть в классе, группе их распределили на группы взрослые для своего удобства. Значит, именно взрослые отвечают за обстановку в этих группах и за то, чтобы в них всем детям было безопасно и спокойно.

В своем классе, группе, коллективе каждый имеет право быть в безопасности.

Ситуация травли сдвигает «точку нормы».

Практикум по принципу лото «Что делать не надо» и «Что можно сделать» (Приложение 1)

**Заключение**

Трудно ли остановить травлю? И да, и нет. Все зависит от позиции. От того, какие правила приняты – не формальные правила, написанные на стенке, а настоящие, разделяемые в глубине души.

Если коллектив решает, что травля неприемлема, он обязательно с ней справится. Травля держится на идее «все против одного». Если вы ясно покажете, что никаких «всех», кому нравится издеваться нет, травля быстро сойдет на нет.

Важный аспект любого мероприятия, это получение «Обратной связи» Удобно вопросы анкеты: «ФИО. Тел. Что было важно? Что буду использовать в работе/учебе/жизни? Когда начну?», вводить в Googl форму

Список литературы

Страк Э., Фраде М.- Выход есть» Как распознать насилие и начать действовать. отдельное издание. ISBN978-5-00195-524-5.2022г 160 стр.

Электронный ресурс

[Что делать, если ребёнка травят в школе](https://littleone.com/publication/5771-chto-delat-esli-rebenka-travyat-v-shkole-instrukciya-dlya-uchiteley)

[Буллинг:травля в школе](http://www.odb.tambov.gov.ru/index.php/patsienty/lekarstvennoe-obespechenie/informatsiya-o-predelnykh-otpusknykh-tsenakh-zaregistrirovannykh-i-vnesenny)

[Как противостоять буллингу](https://doc.ua/news/articles/kak-protivostoyat-bullingu)

[Когда ребёнка травят](https://sojka.io/ru/guides/bulling)

<https://littleone.com/publication/5771-chto-delat-esli-rebenka-travyat-v-shkole-instrukciya-dlya-uchiteley>

Приложение 1

Что делать не надо (карточки)

|  |  |
| --- | --- |
| **1. Ждать, что само пройдет**  Само не проходит. У детей до подросткового возраста – точно. Позже есть небольшой шанс, что в группе найдутся достаточно авторитетные дети, не обязательно лидеры, которые вдруг увидят эту ситуацию не как привычную игру, а как жестокость и недостойное поведение и решатся заявить о своем видении. Если взрослые не занимаются атмосферой в детской группе, травля сама по себе никуда не денется. | **2. Искать причины и объяснения** Травля в конкретном классе, от которой страдают прямо сейчас конкретные дети – не вопрос научных изысканий, это вопрос морали и прав человека. Издевательство недопустимо. Никакие особенности школы, общества, семей и детей не могут служить оправданием травли |
| **3. Путать травлю и непопулярность**  Суть травли – насилие. Это групповое насилие, эмоциональное и/или физическое. И именно за это отвечает взрослый, которому доверена группа детей. За их защищенность от насилия. Популярность - это вопрос психологический. Групповое насилие – это вопрос нарушения прав. | **4. Считать травлю проблемой только жертвы** Это то, что важно доносить до родителей: если это не вашего ребенка травят – не думайте, что у вас нет повода для беспокойства. |
| **5. Считать травлю проблемой личностей, а не группы**  Одна из основных задач возраста в конце начальной и средней школе – разобраться в правилах общежития, научиться жить в социуме. И правила должны задавать взрослые. | **6. Давить на жалость** Логика травли состоит в том, что луч прожектора общего негативного внимания обращен на жертву, поэтому любые разговоры о жертве подкрепляют травлю. Наша задача – перевести луч прожектора на саму травлю как явление, сделать мишенью насилие как таковое. |
| **7. Принимать правила игры**  Если не конфронтация с самой идеей травли, ничего не получится. |  |

Приложение 2

Что можно сделать (карточки для лото/дорожная карта)

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Присвоить проблему Любая проблема решается только тогда, когда есть тот, кто ее решает, кто берет на себя ответственность. Если взрослые будут разводить руками и говорить «ну, что поделать, такие сейчас дети», ничего не изменится. | 2.Назвать явление. Насилие. Пока не назовете происходящее своим именем, ничего не получится сделать. Неназванную проблему решать невозможно.  Дети должны услышать это от взрослого: то, что вы делаете – не невинная забава, не игра и не шутка, это травля, это насилие, и это недопустимо. |
| 3. Дать однозначную оценку травле Люди могут быть очень разными, они могут нравиться друг другу больше или меньше, но это не повод травить и грызть друг друга. Люди на то и люди, что они способны научиться быть вместе и работать вместе, используя свои различия для общего успеха. Даже если они очень-очень разные и кто-то кому-то кажется совсем неправильным. | 4. Обсуждать травлю как проблему группы. Дать понять, что вы знаете, что происходит, что не намерены с этим мириться и обозначить травлю как болезнь группы. Если группа использует грязные способы общения, она может заболеть – травлей. Это очень грустно, это всем вредно и плохо. И давайте-ка вместе срочно лечиться, чтобы у нас был здоровый, дружный коллектив. Это позволит зачинщикам сохранить лицо и даже предоставит им возможность хотя бы попробовать примерить роль позитивной «альфы», которая не обижает других, а заботится о группе. И, что особенно важно, это снимает противопоставление между жертвами-насильниками-свидетелями. Все в одной лодке, общая проблема, давайте вместе решать. С детьми постарше можно посмотреть и обсудить «Чучело» Железняков. С младше школьниками можно посмотреть «Гадкого утенка» Гарри Бардина. |
| **5.Активизировать моральное чувство и сформулировать выбор**  Результат не будет прочным, если дети просто примут к сведению формальные требования учителя. Задача – вывести их из «стайного» азарта в осознанную позицию, включить моральную оценку происходящего.  Можно предложить детям оценить, каков их вклад в болезнь класса под названием «травля». 1 балл – это «я никогда в этом не участвую», 2 балла – «я иногда это делаю, но потом жалею», 3 балла – «травил, травлю и буду травить, это здорово». Пусть все одновременно покажут на пальцах – сколько баллов они поставили бы себе? Обычно «три» сам себе никто не ставит. Наоборот, лучше сказать: «Как я рад, у меня от сердца отлегло. Никто из вас не считает, что травить – это хорошо и правильно. Даже те, кто это делал, потом жалели. Это замечательно, значит, нам будет нетрудно вылечить свой коллектив». | **6. Сформулировать позитивные правила жизни в группе и заключить контракт**  Момент, когда прежняя, «плохая» групповая динамика прервана, раскрутка ее губительной спирали прекращена, – самый подходящий, чтобы запустить динамику новую. И это важно делать вместе. Достаточно просто вместе с детьми сформулировать правила жизни в группе. Например: «У нас никто не выясняет отношения кулаками. У нас не оскорбляют друг друга. У нас не смотрят спокойно, как над кем-то издеваются – это немедленно прекращают». Правила выписываются на большом листе и за них все голосуют. Еще лучше – чтобы каждый поставил подпись, что обязуется их выполнять. |
| **7. Поддержать позитивных изменений**  Очень важно чтобы взрослый, который взялся решать проблему травли, не бросал это дело. Он должен регулярно спрашивать, как дела, что удается, что трудно, чем помочь. Можно сделать «счетчик травли», какой-нибудь сосуд или доску, куда каждый, кому сегодня досталось или кто видел что-то, что было похоже на насилие, может положить камешек или воткнуть кнопку. По количеству камешков определяется, хороший ли сегодня был день, лучше ли на этой неделе, чем на прошлой и т.д. Можно ставить спектакли, сочинять сказки и делать коллажи про «хронику выздоровления», сделать «график температуры» и т. д.  Суть в том, что группа постоянно получает заинтересованный интерес от авторитетного взрослого и по-прежнему считает победу над травлей своим общим делом. | **8. Гармонизировать иерархию** Вот теперь пора думать про популярность. Про то, чтобы каждый имел признание в чем-то своем, мог предъявить себя группе, быть полезным и ценным в ней. Праздники, конкурсы, смотры талантов, походы, экспедиции, игры на командообразование. Чем дольше группе предстоит прожить в этом составе, тем этот этап важнее. Признак гармоничной групповой иерархии – отсутствие жестко закрепленных ролей «лидеров» и «массовки», гибкое перетекание ролей: в этой ситуации лидером становится тот, в той – другой. Один лучше всех рисует, другой шутит, третий забивает голы, четвертый придумывает игры. Чем больше разнообразной и осмысленной деятельности, тем здоровее группа. |