Заседание клуба «Подросток»

**Тема: «Скажем буллингу: «НЕТ!».**

(Тренинг с использованием кейс - метода)

**Цель:** профилактика буллинга в подростковой среде.

**Задачи:**

1. Активизировать знания членов клуба по проблеме буллинга в подростковой среде.
2. Формировать умения ответственного и безопасного поведения, развивать навык поиска путей выхода из сложной ситуации.
3. Укреплять навыки межличностного взаимодействия.
4. Воспитывать чувство эмпатии, толерантности; культуру общения.

**Оборудование:** Мультиборд**,** карточки с изображением: (глаз, стрела, мишень) – для деления учащихся 3 подгруппы;0.5 листа бумаги А4 на каждого учащегося, силуэт мешочка распечатан на листе А4; задание для каждой подгруппы на отдельном листе.

**Ход заседания**

«Ребята, рада вас приветствовать на заседании клуба «Подросток». Но прежде чем начать, давайте вспомним законы нашего клуба:

- закон доброго отношения,

- закон точности,

- закон поднятой руки,

- закон требования,

- закон «здесь и сейчас»,

- закон креатива,

- закон клубной песни.

***1.Упражнение* «Я** (имя) **- подарок в этом мире потому что ...»**. Настройка на восприятие материала. Психолог предлагает назвать свое имя и продолжить высказывание.

***2.Упражнение* «Лист бумаги».**

Ребята сомните, пожалуйста, лист бумаги, а затем попытайтесь вернуть его в исходное состояние, чтобы лист бумаги стал снова гладким и ровным.

*Рефлексия:*

Может бумага стать снова идеально гладкой?

А что происходит с человеком, когда он слышит оскорбительные слова?

Можно ли восстановить эмоциональное отношение человека к обидчику, сказав «прости»?

Итог: обидеть человека легко, а вернуть доверие длительный процесс.

***3. Сообщение темы занятия.***

**Цель:** сообщение темы занятия, установка на работу.

Уважаемые члены клуба сегодня мы с вами здесь для того, чтобы обсудить важную тему - тему буллинга, насилия и жестокости среди учащихся.

Каждому из нас хотя бы раз в жизни приходилось столкнуться с насилием. Оно могло применяться против вас самих, вы могли быть свидетелем, или сами становились теми, кто оскорбляет. Мы поговорим о насилии и жестокости, направленных на одного ребенка. Это явление называют **буллинг.** Мы попытаемся понять чувства жертвы буллинга, и поведение агрессора. И самое главное, вместе найдем пути помощи пострадавшему ребенку и попробуем обезопасить себя, чтобы не сыграть одну из ролей в буллинге. Надеюсь, вам будет интересно и познавательно, и вы с пользой проведете время.

***4. Информация педагога-психолога по проблеме.***

**Цель:** познакомить учащихся с понятием «буллинг», социальными ролями в буллинге и стилями их поведения.

Сегодня среди подростков чрезвычайно обострилась проблема насилия, осуществляемого самими ребятам по отношению друг к другу.

В последние годы признано распространение такого явления, как *школьный буллинг.* Вы спросите, что это такое: **буллинг в переводе с английского** - хулиганить, хамить; определяется, как ущемление, травля, дискриминация. Это форма психического насилия в виде травли, бойкота, насмешек, дезинформации, порчи личных вещей, физической расправы и т.п. Это длительный процесс сознательного жестокого обращения (физического и психического) со стороны ребенка - агрессора или группы детей к другому ребенку или детям. Это агрессивное и крайне неприятное поведение одного ребенка или группы детей по отношению к другому ребенку, что сопровождается постоянным физическим и психологическим давлением.

**Причин буллинга** множество. А тем, кого буллят, может оказаться каждый, кто не вписался в рамки того или иного коллектива.

**4 главных компонента буллинга:**

- агрессивное и негативное поведение;

- осуществляется регулярно;

- происходит в отношениях, участники которых имеют неодинаковую власть;

- такое поведение является преднамеренным.

**Социальная структура буллинга:**

• *преследователь (обидчик, агрессор)* - если это мальчики, (но бывают и девочки) они обычно физически сильнее других; выделяются внешностью, манерой поведения, одеждой, они часто дерзкие и агрессивные в отношении детей и взрослых: не очень хорошо учатся; имеют достаточно большой круг друзей или единомышленников и низкий уровень воспитания.

• *пострадавший ребенок (жертва)* - дети, которые не могут защитить себя, физически слабее своих сверстников; неуверенные в себе, иногда замкнутые, молчаливые; дети, имеющие рыжие волосы, полные или худые, дети, которые избегают определенных мест в школе (например, на перерыве сидят в классе), дети, которые часто не имеют близкого друга, лучше общаются со взрослыми, чем со сверстниками.

• *наблюдатели* - дети из числа обидчиков; одноклассники; случайные ученики и т.д.

Сейчас мы можем вспомнить, что возможно каждый из нас, играл какую-то свою роль в буллинге. Например, был наблюдателем, но при этом не задумывался, что является непосредственным его участником.

**Последствия буллинга** могут быть разнообразны. Их жертвы испытывают немало страданий. Это и снижение самооценки, плохой сон и аппетит, тревожность, употребление алкоголя, курение, мысли о самоубийстве и другие.

Итак, как видим, явление буллинга является распространенным, но в наших силах его остановить и не оставаться в стороне. Ведь следует помнить, что сегодня ты - наблюдатель, а завтра - жертва.

*. Замечали вы проявления буллинга в школьном коллективе?* (Заслушивание ответов.)

***5. Мозговой штурм* «Почему так происходит?»**

**Цель:** выяснить причины поведения участников буллинга.

Сейчас каждый из вас выберет у меня карточку. С другой стороны там есть изображение, карточки открываете по моей команде. Прошу объединяться в группы по рисункам, которые есть на карточках. Спасибо. А теперь, как вы думаете, что означает «стрела?» (агрессор), «глаз» (наблюдатель), «мишень» (жертва). Вы невольно получили роли. А сейчас каждая группа получит свою задачу.

Группа «агрессоров» попытается написать причины, побуждающие обидчика себя так вести.

Группа «жертв» попытается написать причины, почему дети становятся легкими мишенями для обидчиков.

Группа «наблюдателей» пишет причины, почему наблюдатели часто не вмешиваются в процесс буллинга?

*Обсуждение.*

***6. Упражнение* «Я смогу помочь» (10 мин)** *(Приложение 2)*

**Цель:** выработка навыков безопасного поведения в конкретной ситуации, поиск путей защиты в ситуации буллинга.

Вы остаетесь работать в подгруппах. Каждая подгруппа получит кейс-задание. В нем описана ситуация, которая часто происходит в подростковой среде. Ваша задача состоит в том, чтобы определить проблему и обсудить в подгруппе альтернативные варианты решения, помощи жертве, т.е. защиты и безопасного поведения.

Ккому спешить за помощью, где искать выход школьнику в трудной ситуации?

К каким специалистам обратиться в школе?

Какие организации оказывают помощь?

Какие нормативные документы защищают права?

И один человек от группы огласит это.

**Ситуация 1.**

Она как всегда сидела за партой, хотя все ее сверстники суетились и шумели во время перерыва. Алина наблюдала ежедневно одну и ту же картину: девочки весело смеются, шутят и кокетливо посматривают на ребят. Конечно, ведь они не носят этих уродливых очков. Из - за этого она терпела столько издевательств и насмешек среди одноклассников! Только дома она могла насладиться любовью и теплом, которое дарила ей ее бабушка. Пустой класс. За партой одиноко сидит Алина. К ней подходят две девочки. Это ее одноклассницы. Начинают насмехаться над девочкой: забирают очки, говорят оскорбительные слова, толкают, бросают на пол тетради и книги, топчут их. Девочка начинает плакать….

*Определить проблему и обсудить альтернативные варианты решения, помощи жертве, т.е. защиты и безопасного поведения. К**кому обратиться за помощью, где искать выход школьнику в такой трудной ситуации? К каким специалистам в школе обратиться? Какие организации оказывают помощь? Какие нормативные документы защищают права? И один человек от группы огласит это.*

**Ситуация 2.** Каждое утро Максима начиналось с того, что он слышал очередную ссору отца и матери. Так произошло и в этот раз. Проспав, он быстро оделся и выбежал на улицу. Завтракать не хотелось, и ни мама, ни папа не заметят, что его уже нет. Он привык. Ведь давно его в семье не замечали.

В школу тоже не хотелось идти. Ведь там старшие ребята снова начнут издеваться над ним: цеплять на спину обидные прозвища, давать пинки, ставить подножки, обзывать. Было очень тяжело, ведь пожаловаться было некому ...

Школа. Прозвенел звонок на перемену. С расстроенным лицом Максим вышел из класса.

В это время к нему подошли трое старшеклассников. Начали издеваться, насмехаться. Один из них похлопал Максима по спине, прицепив листок с надписью «Ударь меня». Парень не знал об этом. Максима больно толкнули, и он упал. Было очень больно. На глаза навернулись слезы….

*Определить проблему и обсудить альтернативные варианты решения, помощи жертве, т.е. защиты и безопасного поведения. К**кому спешить за помощью, где искать выход школьнику в такой трудной ситуации? К каким специалистам в школе обратиться. Какие организации оказывают помощь? Какие нормативные документы защищают права? И один человек от группы огласит это.*

**Ситуация 3.**

Когда-то Саша жил в счастливой и полной семье. Но после развода родителей мать была постоянно занята. А он так хотел внимания и тепла. Ведь он также тяжело переживал развод родителей, хотя и не показывал этого. Из-за этого он стал плохо учиться. Часто конфликтовал с учителями и детьми.

Этот день в школе не был исключением. После урока он подрался с одноклассником, нагрубил учительнице, которая сделала ему замечание, и как всегда пришел на уроки не подготовленным. Одноклассники Саши невзлюбили его, часто смеялись и издевались над ним, не принимали в общую компанию. Но он не высказывал своей боли из-за этого. На самом деле ему было страшно ...

Школа. Уроки давно закончились. Все разошлись. Саше не хотелось идти домой. Саша одевает свою куртку. В это время к нему подходят двое старшеклассников, предлагают сигарету. Саша, сначала колеблется, но потом соглашается пойти с ними закурить. Уходя из гардероба, старшеклассники начинают требовать у парня деньги. Саша объясняет, что у него нет денег. Ребят это возмущает, и они начинают его бить, толкать, обзывать….

*Определить проблему и обсудить альтернативные варианты решения, помощи жертве, т.е. защиты и безопасного поведения. К**кому обратиться за помощью, где искать выход школьнику в такой трудной ситуации? К каким специалистам в школе обратиться? Какие организации оказывают помощь? Какие нормативные документы защищают права?*

Итак, у вас есть всё необходимое для решения.

*Вопросы для обсуждения:*

1. Были ли трудности при выполнении задания? Если да, то в чем именно? Какие виды насилия вы наблюдали в своем кейсе?

2. Какие эмоции или переживания вы испытывали к детям, которые оказались в сложных ситуациях? Где искать выход в такой ситуации? К кому спешить за помощью, где искать выход из трудной ситуации насилия? В какие организации обратиться, к каким специалистам прийти за помощью?

# **7. Просмотр видеоролика "Будь умницей"(**видеохостинг YouTube)

**8. Притча «Сколько весит снежинка?»**

Однажды маленькая синичка, сидя на заснеженной ветке дерева, спросила у дикого голубя:

- Сколько весит одна снежинка?

- Не больше, чем ничего, - ответил он ей.

- Тогда я хочу рассказать тебе очень интересную историю, - продолжала синичка. - Однажды я сидела на еловой ветке, и начался снегопад. Это еще не была метель, и легкие снежинки спокойно ложились на деревья. Я насчитала 7,435,679 снежинок, которые опустились на еловую ветку. И когда последняя снежинка, что, как ты сказал, «весит не более, чем ничего», упала на нее - ветвь сломалась.

После этого синичка взлетела, оставив голубя в глубокой задумчивости.

*Обсуждение.* Сколько весят наши слова? Иногда те слова, которые «не стоят» ничего, наши поступки, которые мы делаем, незаметные для нас самих, ложатся большим оскорблением и болью на других. И под таким грузом может сломаться каждый человек. Я точно знаю, что хотя бы раз, но каждый из нас наносил обиды другим, даже не замечая этого.

На самом деле слова, с которыми мы обращаемся друг к другу, весят очень много: добрыми, ласковыми можно поднять человеку настроение, сделать его счастливым, а злыми и жестокими - огорчить, обидеть, унизить и даже убить. Об этом нужно помнить при общении и конфликтах, чтобы не испортить отношений навсегда. Предлагаю вам взять вот такую снежинку – образ, и передать товарищу, что сидит рядом со словами **«Ты лучший, потому что ...»**

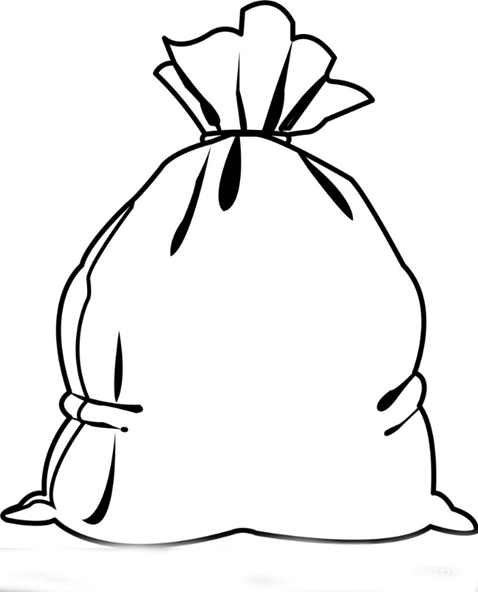
**9. Рефлексия. «Мешочек настроения»**. ***(Приложение 3).*** Мне предлагается наклеить на мешочек стикер в соответствии со своим настроением:

*жёлтый* – хорошее настроение;

*зелёный* – нейтральное настроение;

*красный* – грустное настроение.

***Приложение 3***



***Приложение 2***

**Задание 1.**

Она как всегда сидела за партой, хотя все ее сверстники суетились и шумели во время перерыва. Алина наблюдала ежедневно одну и ту же картину: девочки весело смеются, шутят и кокетливо посматривают на ребят. Конечно, ведь они не носят этих уродливых очков и этой простой одежды с чужого плеча. Из-за этого она терпела столько издевательств и насмешек среди одноклассников! Только дома она могла насладиться любовью и теплом, которое дарила ей ее бабушка-опекун. Пустой класс. За партой одиноко сидит Алина. К ней подходят две девочки. Это ее одноклассницы. Начинают насмехаться над девочкой: забирают очки, говорят оскорбительные слова, толкают, бросают на пол тетради и книги, топчут их. Девочка начинает плакать.

И вдруг ... СТОП!

*Определить проблему и найти альтернативные варианты решения, помощи жертве, найти для нее пути решения, т.е. защиты и безопасного поведения. К кому обратиться за помощью, где искать выход школьнику из трудной жизненной ситуации? В какие организации можно обратиться, к каким специалистам прийти за помощью? Один человек от группы огласит ваше решение.*

**Задание 2.**

Каждое утро Максима начиналось с того, что он слышал очередную ссору отца и матери. Так произошло и в этот раз. Проспав, он быстро оделся и выбежал на улицу. Завтракать не хотелось, и ни мама, ни папа не заметят, что его уже нет. Он привык. Ведь давно его в семье не замечали.

В школу тоже не хотелось идти. Ведь там старшие ребята снова начнут издеваться над ним: цеплять на спину обидные прозвища, давать пинки, ставить подножки, обзывать. Было очень тяжело, ведь пожаловаться было некому ...

Школа. Прозвенел звонок на перемену. С расстроенным лицом Максим вышел из класса.

В это время к нему подошли трое старшеклассников. Начали издеваться, насмехаться. Один из них похлопал Максима по спине, прицепив листок с надписью «Ударь меня». Парень не знал об этом. Максима сильно толкнули, и он упал. Было очень больно. На глаза навернулись слезы.

И вдруг ... СТОП!

*Определить проблему и найти альтернативные варианты решения, помощи жертве, найти для нее пути решения, т.е. защиты и безопасного поведения. К кому обратиться за помощью, где искать выход школьнику из трудной жизненной ситуации? В какие организации можно обратиться, к каким специалистам прийти за помощью? Один человек от группы огласит ваше решение.*

**Задание 3.**

Когда-то Саша жил в счастливой и полной семье. Но после развода родителей мать была постоянно занята. А он так хотел внимания и тепла. Ведь он также тяжело переживал развод родителей, хотя и не показывал этого. Из-за этого он стал плохо учиться. Часто конфликтовал с учителями и детьми.

Этот день в школе не был исключением. После урока он подрался с одноклассником, нагрубил учительнице, которая сделала ему замечание, и как всегда пришел на уроки не подготовленным. Одноклассники Саши не взлюбили его и часто смеялись и издевались над ним, не принимали в общую компанию. Но он не высказывал своей боли из-за этого. На самом деле ему было страшно ...

Школа. Уроки давно закончились. Все разошлись. Саше не хотелось идти домой. Саша одевает свою куртку. В это время к нему подходят двое старшеклассников, предлагают сигарету. Саша, сначала колеблется, но потом соглашается пойти с ними закурить. Уходя из гардероба, старшеклассники начинают требовать у парня деньги. Саша объясняет, что у него нет денег. Ребят это возмущает, и они начинают его бить.

И вдруг ... СТОП!

*Определить проблему и найти альтернативные варианты решения, помощи жертве, найти для нее пути решения, т.е. защиты и безопасного поведения. К кому обратиться за помощью, где искать выход школьнику из трудной жизненной ситуации? В какие организации можно обратиться, к каким специалистам прийти за помощью? Один человек от группы огласит ваше решение.*

***Приложение***

