**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования**

**Дорогобужский ДДТ**

**Методическая разработка воспитательного мероприятия с элементами тренинга**

**«Скажем буллингу-нет!»**

**по профилактике буллинга в подростковом коллективе.**

**Составитель: педагог-психолог А.А.Скрипкарь**

**Дорогобуж**

**2021**

**Пояснительная записка**

Как показывает практика психологов подростковая жестокость – это огромная проблема современного общества. С каждым днем проблема буллинга становиться все острее и увеличивается число жертв подверженных насилию. Подобный термин получил профессиональное наименование буллинг, и крайне важную роль играет предотвращение его появления в образовательных учреждениях. Профилактика такой жестокости ложится на плечи не только педагогов, ей должны заниматься также родители и психологи в образовательных учреждениях.

Травля детей со стороны сверстников, так называемый «буллинг», сегодня одна из наиболее распространенных проблем в школьных коллективах, которая существенно увеличивает риск суицида среди подростков, приводит к снижению успеваемости, эмоциональным и невротическим проблемам.

Буллинг - это достаточно сложное явление, оно не имеет ни однозначного объяснения, ни универсальных способов преодоления и предотвращения. Одни ученые называют буллингом серьезные акты агрессии, а другие – любые угрозы и оскорбления, без которых не обходится даже самое миролюбивое человеческое сообщество.

**Зарубежными исследователями «буллинг» рассматривается как:**

травля (Д. Лэйн) и представляет собой насилие, которое может носить как кратковременный, так и длительный характер, может быть физическое или психическое, и проявляется в отношении индивида или группы людей, не способных защитить себя в сложившейся ситуации (Е. Роланд);

драка или стычка между двумя людьми (Д. Олвеус);

длительное насилие, физическое или психологическое, которое осуществляется одним человеком или группой людей и направлено против человека, который не в состоянии защититься в фактической ситуации, с осознанным желанием причинить боль, напугать или подвергнуть человека длительному напряжению. Чаще всего такое насилие может случаться много раз, однако может и единожды;

шкoльное насилие – поддающиеся наблюдению действия, которые имеют место в общении между молодыми людьми в школе и которые являются причиной появления чувства обиды или стресса (C. Arora);

**Российские исследователи рассматривали понятие «бyллинг» как:**

«запугивание, физический или психологический террор, который может быть направлен на подчинение одного человека другому и на то, чтобы вызвать у другого страх» (И. П. Кон);

«школьная травля», которая включает в себя совокупность социальных, психологических и педагогических проблем, которые затрагивают процесс продолжительного физического или психического насилия со стороны индивида или группы в отношении индивида, который не может защитить себя в данной ситуации (О. Д. Маланцeва);

психологическая, физическая или психологическая агрессия (нападение) с целью нанести вред жертве, запугать ее и (или) стрессирoвать (E. Н. Ушакoва).

Теоретический анализ проблемных источников, позволил выделить ряд специфических характеристик буллинга. Во-первых, буллинг асимметричен – с одной стороны находится обидчик, обладающий властью в виде физической и/или психологической силы, с другой – пострадавший, такой силой, не обладающий и остро нуждающийся в поддержке и помощи третьих лиц. Во-вторых, буллинг осуществляется преднамеренно и направлен на нанесение физических и душевных страданий другому человеку. В-третьих, буллинг подрывает у пострадавшего уверенность в себе, разрушает здоровье, самоуважение и человеческое достоинство. В-четвертых, буллинг – это групповой процесс, затрагивающий не только обидчика и пострадавшего, но и свидетелей насилия, весь класс (группу), где оно происходит. В-пятых, буллинг никогда не прекращается сам по себе: всегда требуется защита и помощь пострадавшим, инициаторам буллинга (обидчикам) и свидетелям.

Буллинг может быть прямым или скрытым (игнорирование, бойкот, исключение из отношений, манипуляции, намеренное распускание негативных слухов и т.п.). Буллинг включает в себя прямую физическую агрессию, сексуальное или психологическое насилие. При физическом буллинге имеют место умышленные толчки, удары, пинки, побои и др. Психологический буллинг предполагает насилие, связанное с действием на психику, наносящее психологическую травму путём словесных оскорблений, угроз, преследования, запугивания, которыми умышленно причиняется эмоциональные страдания. Проблема буллинга носит междисциплинарный характер, так как ее изучают многие отрасли науки: клиническая психология, патопсихология, педагогика, социология.

Из разных источников научных исследований можно выделить основных участников буллинга:

"Буллер" – человек, который преследует и запугивает жертву.

"Жертва" – человек, который подвергается агрессии.

"Защитник" – человек, находящийся на стороне жертвы и пытающийся оградить её от агрессии.

«Агрессята» - люди, участвующие в травле, начатой агрессором.

"Сторонники" – люди, находящиеся на стороне агрессора, непосредственно не участвующий в издевательствах, но и не препятствующий им.

"Наблюдатель" – человек, знающий о деталях агрессивного взаимодействия, издевательств, но соблюдающий нейтралитет.

Психологические характеристики «жертвы» и «буллера» буллинга в образовательной среде следующие:

«Жертвы» - социальная отрешенность, способность отстраняться от конфликтов, сензитивность, замкнутость, застенчивость, соматическая ослабленность, тревожность, склонность к депрессии, заниженная самооценка, неуверенность в себе, преобладание неконструктивных стратегий совладания, сниженная учебная мотивация, социальные проблемы (хвастливость, игнорирование), осторожность в общении, уход в себя (эскапизм), избегание обидчиков, отрицательное самоотношение, низкий/высокий уровень агрессии, пониженное чувство собственного достоинства, низкая степень социальной поддержки.

«Буллеры» - высокая общая агрессивность, положительное отношение к агрессии, недостаток эмпатии, большая потребность в доминировании, успешность и самоуверенность, положительное самоотношение, относительно высокий социометрический статус.

Не любая ссора является буллингом. Обычные конфликты возникают и разрешаются, проходят. В случае буллинга сохраняется постоянная враждебность, чаще всего по отношению к отдельному ребенку, - возникает длительный конфликт.

Буллинг наносит существенный вред всем, кто в него вовлечен (не только жертвам). Так, дети-агрессоры чаще других детей попадают в криминальные истории, формируют искажённое представление о разрешении конфликтов и социальном взаимодействии. Дети, непосредственно не участвующие в травле, всё равно переживают много негативных эмоций (страха быть на месте жертвы, бессилия, негативного отношения к школе). Выходки буллеров происходят на глазах у остальных детей, и это оказывает негативное влияние, как на «зрителей», так и на атмосферу, как в классе, так и в школе в целом.

На сегодняшний день не существует единой общепринятой стратегии по профилактике буллинга, тем не менее, существуют определенные методики, дающие положительные результаты. Наиболее эффективная программа профилактики буллинга была создана еще более двадцати лет назад. Она основывается на четырех основных положениях, которые должны учитываться в школьной среде. Во-первых, взрослые должны относиться к подросткам тепло, с положительным интересом и настоящей увлеченностью. Во-вторых, в школе должны соблюдаться твердые рамки и ограничения неприемлемого поведения. В-третьих, важную роль играет последовательное применение нефизических акций не карательного типа, которые являются ответом на неприемлемое поведение либо нарушение правил. В-четвертых, у ребенка в близком окружении должны быть люди, которые обладают авторитетом и представляют собой пример для подражания.

Хотелось обратить внимание на профилактику буллинга в школе посредством грамотно организованной работы по психологическому просвещению всех участников образовательной среды, и прежде всего, педагогического коллектива. Психологическая профилактика как вид деятельности педагога-психолога направлена на сохранение и укрепление психологического здоровья детей на всех этапах дошкольного и школьного детства. Основной её задачей является предупреждение возможных психологических проблем у детей. Ключевым результатом проведения профилактической работы по предупреждению насилия в школе является формирование безопасной среды, то есть таких условий, при которых максимально снижается влияние факторов, провоцирующих насилие.

Психологическое просвещение мы рассматриваем как работу по формированию у всех субъектов образовательного процесса потребности в психологических знаниях, желания и умения их использовать в целях самопознания, саморазвития и самоопределения, достижения определенного уровня психологической культуры. Основная цель психологического просвещения – формирование и повышение психологической культуры детей, родителей, педагогов, администрации. В качестве основных функций просвещения выступают развивающая, активизирующая, инструментальная, профилактическая.

Отрадно, что педагоги образовательных организаций заинтересованы в расширении своих компетенций, им интересны новые формы и средства работы. Педагоги и педагоги-психологи научились грамотно и методически верно использовать отрывки из художественных фильмов и мультипликационные фильмы для формирования толерантности, здорового образа жизни, повышения самооценки разрешения конфликтных ситуаций и др. Для профилактики травли целесообразно с учащимися среднего и старшего звена посмотреть фильмы «Чучело» (режиссер Р. Быков, 1983 год) и «Класс» (режиссер Ильмар Раага, 2007 год).

Таким образом, психологическое просвещение – основной способ и одновременно одна из активных форм реализации задач психопрофилактической работы в деятельности педагога-психолога в образовательном учреждении. Разнообразие пассивных (лекции, семинары, наглядность) и активных (дискуссии, семинары-практикумы, тренинговые занятия) форм психологического просвещения позволяет успешно решать задачу предупреждения буллинга в образовательной среде.

**Методическая разработка воспитательного мероприятия с элементами тренинга**

**«Скажем буллингу-нет!»**

**по профилактике буллинга в подростковом коллективе.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Методическая информация** | |
| Форма мероприятия | Тренинговое мероприятия с элементами беседы по просмотренному видеофильма «Чучело» автора Ролана Быкова, просвещение, упражнения, рефлексии-подведение итогов. |
| Цели для педагога-психолога | **Образовательные:**  1. Ознакомить учащихся с определением «Буллинга» и его характерными признаками;  2. Научить учащихся отличать «буллинг» от конфликтов.  **Развивающие:**  1. Развить чувство уважения учащихся друг к другу;  2. Сформировать доброжелательное отношение к окружающим;  3. Усовершенствовать навыки межличностного взаимодействия.  **Воспитательные:**  1. Сформировать чувство толерантности и эмпатии;  2. Закрепить умение выходить из конфликтной ситуации. |
| Цели для учащихся | Профилактика буллинга в подростковом коллективе в условиях образовательного учреждения. |
| Используемые педагогические технологии, методы и приемы | **Личностно-ориентированные технологии:**предоставление им возможности задавать вопросы, высказывать оригинальные идеи, организация обмена мыслями, мнениями, стимулирование учащихся к дополнению и анализу ответов товарищей, стремление к созданию ситуации успеха для каждого ученика.  **Технология творческой (совместной) деятельности:**организация жизни детского коллектива как общественно значимой – на основе совместной заботы на улучшении жизни своего коллектива и самосовершенствовании.  **Технология исследовательской деятельности**: позволяет развить у учащихся наблюдательность, логику, большую самостоятельность в выборе целей и постановке задач, умение высказывать и анализировать свою точку зрения.  **Технология сотрудничества:** помогает научиться вместе, а не просто помогать друг другу, осознавать свои успехи и успехи товарищей.  **Технология игрового обучения:**создание условий ситуаций, а в результате складывается и совершенствуется самоуправление своим поведением.  **Технология коллективного взаимообучения:**совершенствование навыков логического мышления и понимания, мобилизация и актуализация предшествующего опыта и знаний, повышение ответственность не только за свои успехи, но и за результаты коллективного труда, обсуждение одной информации с несколькими сменными партнерами увеличивает число ассоциативных связей, обеспечение более прочного усвоения нового материала. |
| Методы обучения | **По внешним признакам деятельности педагога и учащихся:** обсуждение, беседа по просмотренному видеофильму «Чучело» автора Ролана Быкова; упражнения.  **По источнику получения знаний:** словесные; наглядные; практические.  **По степени активности познавательной деятельности учащихся**: объяснительный; проблемный.  **Методы стимулирования:** эмоционального стимулирования; развития познавательного интереса; формирования ответственности и обязательности; развития творческих способностей и личных качеств учащихся. |
| Формы работы | групповая |
| Время реализации мероприятия | 45 минут |
| Принципы в реализации мероприятия | — активность участников группы;  — аналитическая позиция;  — партнерское общение;  — участие может быть только добровольным;  — участникам предоставляется полная информация о целях и способах проведения тренинга;  — при проведении тренинга принимаются все меры предосторожности против физических и психических травм. |
| Ожидаемые результаты | **Личностные:**  Ориентация на осознание своих удач и неудач, трудностей, стремление преодолевать возникающие затруднения;  Готовность понимать и принимать оценки, советы учителя, одноклассников, родителей, стремление к адекватной самооценке;  Осознание себя как индивидуальности и одновременно как члена общества (член классного коллектива), умение ориентироваться в социальных ролях и межличностных отношениях, способность к самооценке своих действий, поступков.  **Коммуникативные:**  Формируются устойчивые доброжелательные отношения в группе младших школьников.  Приобретается навык конструктивного реагирования в конфликте, изменяются представления о самом себе.  **Познавательные:**  Выявление причинно-следственных связей, выстраивая логические цепи рассуждений, доказательств;  Выделение проблемы (совместно с педагогом и учениками), при изучении новой темы, решении новой задачи;  Участие в коллективной проектной деятельности, проводимой в урочное и внеурочное время.  **Регуляционные:**  Планирование своих действий в соответствии с решаемой задачей;  Оценивание своих достижений, осознавать трудности, искать их причины и пути преодоления. |
| Опорные понятия, термины | Буллинг, толерантность, эмпатия, конфликты, взаимодействия |
| Необходимое оборудование и материалы | Стулья по количеству участников группы. |
| Дидактическое обеспечение мероприятия | Предварительный просмотр видеофильма «Чучело»  Режиссер: Р. Быкова. |
| **Ход и содержание мероприятия,**  **деятельность педагога-психолога и учащихся** | |
| 1 этап. Организационный момент  Мотивация учащихся  2 мин.  Знакомство участников, положительный настрой на взаимодействие.  2 этап.  Введение в тему занятия (22 мин)  обсуждение просмотренного фильма «Чучело».  Ответы учеников.  Ответы детей.  Просмотр эпизода из фильма с поджогом чучела.  Ответы детей.  Дети оценивают себя  (5 мин). | *Первый блок (информационно-просветительский)*  *Цель:* познакомить учащихся с определением буллинга и его характерными признаками, определить возможности для доверительного взаимодействия, оценить различные модели поведения.  Педагог-психолог: - Здравствуйте ребята! Посмотрите, какой сегодня замечательный день! На улице светит солнце! Давайте создадим в нашем классе солнечное настроение. А чтобы у нас все получилось, повернемся к своему товарищу или соседу и улыбнемся ему самой лучезарной улыбкой! Замечательно! Теперь у нас тоже тепло и солнечно, как на улице.  *Упражнение. “Снежный ком”. (5 мин)*  Педагог-психолог: - Цель упражнения: знакомство участников, разряжение обстановки.  Участники по очереди одновременно называют свое имя с каким-нибудь прилагательным, начинающимся на первую букву имени. Следующий по кругу должен назвать предыдущих, затем себя; таким образом, каждый следующий должен назвать предыдущих, затем себя; таким образом, каждый следующий должен будет называть все больше имен с прилагательными, это облегчит запоминание и несколько разрядит обстановку.  Попытаться определить основные проблемы фильма; в качестве вопросов, способствующих повышению мотивации, к просмотру были предложены следующие вопросы:  - встречались ли вы с жестокостью подростков?  - можно ли оставлять безнаказанным предательство?  - каким может быть выход из конфликтных ситуаций, изображённых в фильме «Чучело»?  Педагог-психолог задает вопросы учащимся:  1. Какие чувства вызвал у вас фильм «Чучело»? Встречались ли вы с жестокостью подростков в реальной жизни?  2. Можно ли оставлять безнаказанным предательство?  3. Есть ли в нашем классе сильная личность?  Эпиграфом к нашему уроку взяты слова из повести «Чучело»: «Можно презреть, наказать, помочь, но мучить нехорошо, стыдно. Это ожесточает человека. Надо быть милосердным». Как вы понимаете смысл слова «милосердие»? (Милосердие – это готовность помочь из чувства сострадания, гуманность, человечность.)  - Подберите антонимы к этим словам. (Добро – зло, доброта – злоба, добрый – злой. Милосердный – жестокий. Человечный – бесчеловечный. Гуманный – жестокий).  - Почему мы сейчас вспомнили именно об этих словах?  4.Как бы вы повели себя в конфликтных ситуациях, изображённых в фильме «Чучело»?  Итак, выделим главные проблемы, поставленные в фильме: противостояние добра и зла, гуманное отношение к людям и антигуманное, бесчеловечность; жестокость подростков; предательство.  Вы посмотрели самый жестокий эпизод фильма. Девочку оскорбили, унизили и «сожгли». И ни один одноклассник не заступился за нее. Даже тот, кого она считала лучшим другом.  - Что вы можете сказать о поступке Лены Бессольцевой?  Перед вами ваши ровесники. Их зовут Железная Кнопка, Рыжий, Попик, Лохматый, Димка Сомов. Почему у многих ребят нет имён, а только клички?  - А вы награждаете прозвищами друг друга?  - Есть ли вина Димы Сомова в том, что он рассказал учителю о походе класса в кино?  - Как ведёт себя Димка? Считаете ли вы его предателем?  - А какой становится Ленка?  - Что такое унижение?  Знаменитый философ Цицерон сказал: «Величайшее поощрение преступления – безнаказанность». Можно ли оставлять безнаказанным предательство?  - Как расценивать отказ Лены от бойкота Димке? Права ли она?  - Что определяет коллектив, в чём его сила?  - Как вы относитесь к проблеме лидерства в классе? В чём опасность лидерства шести человек в классе, где училась Лена?  - Почему, по-вашему, класс так жестоко вёл себя с Леной? В чём вы видите причину этой жестокости и при каких условиях её можно было бы не допустить?  - Что значит «сильная личность»? Есть ли в нашем классе по-настоящему сильная личность?  - Почему Ленка в глазах ребят – «чучело», а для дедушки - «красавица», «чудный человек»?  - В чём сходство Лены с Машкой с картины её прадедушки? Почему оно так радовало Николая Николаевича?  - В чём истинная красота человека?  - Как вы считаете, может ли драма, пережитая Леной, заставить задуматься о том, что такое истинные ценности, научить различать их?  - В чем Дима Сомов поступил неправильно?  - Как бы вы поступили на месте Лены Бессольцевой? А на месте Димы Сомова?  - Как должен был бы поступить Сомов? Если бы он признался, то агрессия класса была бы направлена на него! Как быть?  - Может быть, детям нужна была бы помощь со стороны взрослых?  - Что заставило ребят задуматься в конце фильма?  - Не встретили ли вы в фильме благородных людей?  Педагог-психолог: - Ребята, скажите, какие чувства вы испытываете к Лене Бессольцевой? Хочется ли вам ее защитить? А как вы думаете, почему обижали Лену Бессольцеву?  Педагог-психолог: - Верно, она была новым членом коллектива, а главное – его выделяли среди всех. К сожалению, такое явление бывает и среди людей. Особенно часто оно проявляется 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. Когда человека намеренно доводят до слез, согласованно и систематически дразнят, когда отбирают, прячут и портят его вещи, когда толкают, щипают и бьют, когда обзывают и подчеркнуто игнорируют, — это называется “травля”. И это недопустимо.  Травля – это болезнь. Есть болезни, которые поражают не человека, а классы, компании. Это как если человек не моет руки, то рискует подхватить инфекцию и заболеть. Если класс не следит за чистотой отношений, то заболевает насилием. Любую болезнь нужно лечить.  Педагог-психолог:- Как вы думаете: травлю можно искоренить либо она была, есть и будет? Что может сделать каждый из нас, чтобы таких ситуаций вообще не возникало и что, если она всегда случилась?  Педагог-психолог: - Молодцы! Вы на многие вопросы ответили верно. Обратите ваше внимание на то, что школьная травля, издевательства, агрессия называется «буллингом». Причем буллинг, это систематическая агрессия, травля. Существуют различные виды буллинга: прямой и скрытый  Скрытый буллинг подразумевает игнорирование ученика, его бойкот, исключение из отношений, намеренное распускание негативных слухов и т.п.  Прямой буллинг включает в себя прямую физическую агрессию, сексуальное или психологическое насилие. Физическое насилие - умышленные толчки, удары, пинки, побои, нанесение иных телесных повреждений и др. Психологический буллинг связанное с действием на психику, наносящее психологическую травму путём словесных оскорблений или угроз, преследование, запугивание, которыми умышленно причиняется эмоциональные страдания. Отдельно следует отметить кибербуллинг как травлю посредством общения в интернете, мобильной связи.  В травле всегда есть несколько участников: - лидер; - агрессор; - школьники, участвующие в травле (присоединяющиеся к лидеру); - жертва; - свидетели, подкрепляющие травлю (дети, которые занимают сторону нападающих, смеются, выражают поддержку нападающим/подбадривают их, просто собираются вокруг и смотрят); - свидетели; - аутсайдеры (дети, которые избегают ситуаций травли, не занимая ничью сторону); - защитники (дети, которые занимают очевидную позицию против травли, либо активно противодействуя нападающим и предпринимая что-то для прекращения издевательств, либо успокаивая, поддерживая жертву).  Педагог-психолог: Предлагаю вам оценить вашу значимость в болезни класса под названием “травля”. Пусть один балл будет означать “я никогда в этом не участвую”, два балла — “иногда присоединяюсь, но потом жалею”, три балла — “травил, травлю и буду травить; это же здорово”. Покажите на пальцах, сколько баллов вы поставили бы сами себе.  Педагог-психолог: - Как я рада, что никто из вас не считает, что травить — это хорошо и правильно. Даже те, кто это делал, потом жалели. Это замечательно, значит, нам будет нетрудно вылечиться. |
| 3 этап практикум  **Упражнение**  **«Закончи предложения»**  (10 мин)  Обсуждение полученных ответов.  4 этап  Рефлексия  Подведение итогов.  (3 мин).  Упражнение «Спасибо за прекрасный день»  (3 мин.) | *Второй блок занятий (практический).*  *Цель упражнения* — побудить ученика задуматься над своим отношением к одноклассникам, проанализировать, что нравится и не нравится в их поведении, что бы хотелось изменить.  Ученикам предлагается закончить предложения: «Я не люблю, когда мои одноклассники…» «Было бы здорово, если бы ребята в нашем классе…». Листы разрешается не подписывать. Педагогу-психологу необходимо выслушать и обсудить полученные ответы.  - Что вам понравилось в занятии?  - Что вы можете взять для себя из нашего общения на занятии?  - Одним словом оцените свое состояние во время занятия?  Педагог-психолог: В конце мероприятия хочется сказать о том, что фильм «Чучело» поучителен и интересен и в наши дни. Режиссёру удалось правдиво показать драму девочки-подростка, чтобы у нас с вами вызвать протест против жестокости, чтобы каждый из нас попробовал встать на место Лены и проникнуться презрением к предательству.  Главное в этом фильме – противостояние ценностей истинных и мнимых, красоты духовной и внешней. И одним из таких вечных нравственных качеств является доброта. Известная русская писательница Мария Прилежаева писала: «Человек рождается для добрых дел и носителями добрых дел являются дети».  Инструкция. Пожалуйста, встаньте в общий круг. Я хочу предложить вам поучаствовать в небольшой церемонии, которая поможет нам выразить дружеские чувства и благодарность друг другу. Мы будем по очереди поворачиваться друг к другу, пожимать руку и произносить: “Спасибо за приятный день!” |
| Список используемой литературы | Кривцова С.В. Буллинг в школе VS сплочение неравнодушных.- М.: ФИРО 2011.  Гришаева Н.А. Буллинг в школе.// Психологические науки: теория и практика: материалы III Mеждунар. науч. конф. (г. Москва, июнь 2015 г.). — М.: Буки-Веди, 2015.  Руллан Э. Как остановить травлю в школе. Проблема моббинга. — М.: Генезис, 2012. 264 с.  Сакович Н.А. Диалоги на Аидовом пороге. Сказкотерапия в профилактике и коррекции суицидального поведения подростков.- М.:Генезис, 2012.  Методические рекомендации по предотвращению буллинга (травли среди сверстников) в детских коллективах /Сост. А.Е. Довиденко и др. –Екатеринбург: «Семья детям», 2014. В.К.Железников «Чучело» М., Детская литература, 1981  http://buklya.com/v-zheleznikov-chuchelo.html  https://ok.ru/video/493399378627 |