Тренінгове заняття на тему: «Профілактика булінгу, жорстокості та насильства в дошкільному середовищі».

Мета: ознайомити педагогів з поняттям, формами та структурою булінгу; виховувати почуття емпатії та переживання до дитини, яка зазнає насильства; розвивати вміння пошуку шляхів виходу зі складної ситуації; формувати навики відповідальної та безпечної поведінки.

Хід

1. Вступне слово.

Мета: повідомлення теми заняття, установка на роботу.

Доброго дня, шановні учасники тренінгу. Сьогодні ми з вами тут для того, щоб обговорити важливу тему - тему насильства та жорстокості .

Кожному з нас, хоча б раз у житті доводилося зіткнутися з насильством. Воно могло застосовуватися проти вас самих, ви могли бути свідком, або самі ставали тими, хто ображає. Ми поговоримо про насильство та жорстокість, які направлені на одну дитину. Це явище називають булінгом. Сьогодні ми спробуємо зрозуміти почуття жертви булінгу, та поведінку агресора. І найголовніше, разом знайдемо шляхи допомоги постраждалій дитині та спробуємо убезпечити себе, щоб не зіграти одну з ролей у булінгу.

Сподіваюся, вам буде цікаво і ви з користю проведете час.

2. Вправа «Привітання»

Мета: знайомство з учасниками групи, налаштування на сприйняття нового матеріалу.

Пропоную назвати своє ім’я та закінчити вислів: «Я є подарунком в цьому світі тому що…»

3. Вправа «Аркуш паперу»

Мета: дати учасникам можливість емоційно відчути стан людини, яка потерпає насилля.

Пропоную учасникам зіжмакати аркуш паперу, а потім спробувати повернути його до початкового стану, тобто, щоб аркуш паперу став знову гладеньким та рівненьким.

Запитання для обговорення

- Чи може папір стати знову ідеально гладеньким?
- А що відбувається з людиною коли вона чує образливі слова? Чи можна відновити емоційне ставлення людини до кривдника сказавши «пробач».

Підсумок: образити людину легко, а повернути довіру довготривалий процес.

4. Мозковий штурм «Булінг»

Мета: розширення уявлень учасників з даної теми.

Пропоную учасникам тренінгу в режимі мозкового штурму виконати вправу, підібравши до кожної букви асоціацію до слова «булінг».

5. Вправа «Правила роботи»

Мета: організація групи та створення можливості ефективної роботи.

Для того, щоб наша робота була ефективною пропоную прийняти наступні правила, яких ми будемо дотримуватися впродовж нашого заняття.

ПРАВИЛА РОБОТИ:

1. Говорити від свого імені
2. Бути доброзичливими і активними
3. «Піднята рука»
4. Один говорить - усі слухають
5. «Тут і тепер»
6. Обговорювати дію, а не особу
7. Конфіденційність

Запитання до групи:

1. Чи згодні ви з правилами?
2. Чи маєте ще якісь пропозиції?

6. Вправа «Мої очікування»

Мета:формування власної мети діяльності, мотивація та усвідомлення власної відповідальності за досягнення певних результатів.

Наша наступна вправа так і називається. Пропоную вам на символічних зображеннях дітей написати, а потім озвучити, що саме ви очікуєте від нашої сьогоднішньої зустрічі, і прикріпити наших діточок навколо планети Земля.

7. Ознайомлення з поняттям булінгу та його видами

Мета: дати визначення поняттю «булінг» та розповісти про його види..

Звертаюся до учасників: *ƒ*

Нам подобається, коли нас люблять, поводяться з нами чемно, звертаються до нас на ім’я, особливо на лагідне.

А які відчуття у вас виникають, коли вас або когось з вашого оточення називають на прізвисько, принижують?

ƒ Запитання для обговорення: *ƒ* Чи спостерігали ви таку ситуацію, коли в дитячому колективі «обирають» дитину (так звану «білу ворону»), яка відрізняється від інших або зовнішнім виглядом, або розумовими здібностями, або поведінкою і цю дитину постійно зневажають та застосовують до неї прізвиська, штовхають, чіпляються , псують особисті речі та інше? *ƒ*

Які відчуття у вас викликає така ситуація? *ƒ*

Як ви вважаєте, як почуває себе дитина, яку «обрали «білою вороною»? Ведучий пояснює, що обговорена ситуація називається булінгом.

Отже, що це таке: **булінг у** перекладі з англійської **- хуліганити, грубіянити, визначається, як утиск, цькування, дискримінація**. Це тривалий процес свідомого

жорстокого ставлення (фізичного і психічного) з боку дитини або групи дітей , або дорослого до іншої дитини або дітей.

4 головні компоненти булінгу:

- агресивна і негативна поведінка;
- здійснюється регулярно;
- відбувається у відносинах, учасники яких мають неоднакову владу;
- така поведінка є навмисною.

Форми булінгу:

- фізичний (умисні штовхання, удари, стусани, побої, нанесення інших тілесних ушкоджень та ін.);
- психологічний (насильство, пов'язане з дією на психіку, що завдає психологічну травму шляхом словесних образ або погроз, переслідування, залякування, якими навмисно заподіюється емоційна невпевненість)

Соціальна структура булінгу:

- переслідувач (кривдник, агресор);
- постраждала дитина (жертва);
- спостерігач.

Зараз ми можемо пригадати, що можливо кожен з нас мав якусь свою роль у булінгу. Наприклад був спостерігачем, але при цьому не задумувався, що є безпосереднім його учасником.

Як розпізнати жертву:

- діти, які не можуть захистити себе, фізично слабші за своїх однолітків, дорослих;
- невпевнені в собі діти,замкнуті, мовчазні;
- діти, які мають руде волосся, повні чи худі;
- діти, які уникають певних місць у садочку (наприклад, під час самостійної ігрової діяльності-сидять на стільчику);
- діти, які часто не мають ні одного близького друга.

Як розпізнати агресора:

- вони зазвичай фізично сильніші;
- виділяються зовнішністю, манерою поведінки, одягом;
- вони часто зухвалі та агресивні в ставленні до дітей та дорослих;
- мають досить велике коло друзів або однодумців та ін.

Як розпізнати спостерігача:

- дорослі або діти з кола кривдника;
- одногрупники;
- випадкові діти, дорослі або ін..

Наслідки булінгу можуть бути різноманітні. Їх жертви зазнають чимало страждань. Це і зниження самооцінки, поганий сон та апетит, тривожність, думки про самогубство та інші.

Отже, як бачимо явище булінгу є поширеним, але в наших силах його зупинити і не лишатися осторонь. Адже слід пам'ятати, що сьогодні ти - спостерігач, а завтра -- жертва.

Запитання:

- чи помічали ви прояви боулінгу у нашому колективі?

Заслуховування відповідей учасників.

8. Вправа «Чому так стається»

Мета:з'ясувати причини поведінки учасників булінгу.

Зараз кожен з вас вибере у мене картку. З іншої сторони там є зображення. Картки відкриваєте за моєю командою. Прошу об'єднатись у групи за малюнками, які є на картках. Дякую. А тепер, як ви думаєте, що означає «стріла?» (агресор), «око» (спостерігач), «мішень» (жертва). Ви мимоволі отримали ролі. А зараз кожна група буде мати своє завдання.

Група «агресорів» спробує написати причини, які спонукають кривдника себе так поводити.

Група «жертв» спробує написати причини, чому діти стають легкими мішенями для кривдників.

Група «спостерігачів» пише причини, чому спостерігачі часто не вмішуються у процес булінгу.

Обговорення.

9. **Вправа «Міф чи реальність»**

Учасникам пропонується прослухати факти про насильство та виявити, що являється правдою, а що ні :

- Насильство має і позитивні сторони
- Використання нецензурних слів дитиною по відношенню до іншої є проявом насильства
- Насильство – це коли видно сліди на тілі жертви
- Б'ють заслужено
- У садочку найбільш розповсюджене психологічне насилля, використання нецензурних слів однієї людини по відношенню до іншої людини (дитини)
- Дитина, яка потерпає від насильства повинна мовчати про це
- Діти схильні до проявів насильства більше, ніж дорослі
- Насильство карається законом України
- Насильство – це ознака мужності дитини (дорослого)
- Розповідати, про те, що над Вами були здійснені насильницькі дії – це ознака слабкості дитини (дорослого)
- Насильство – це злочин
- Міліція повинна втручатися у вирішення проблеми насильства
- Треба мовчати коли потерпаєш від насильства, булінгу

- Знущання, бойкот, ігнорування – це насильство(ТАК) (ПСИХОЛОГІЧНЕ)
- Кривдником, агресором може бути лише дорослий
- Булінг – це тривалий процес свідомого, жорстокого ставлення з боку дитини або групи дітей або дорослого до іншої людини або дітей
- Дитина яка потерпає від булінгу завжди в радісному настої
- Часто, дитина, або ж дорослий, який вчинив булінг має переваги над своєю жертвою (старша, фізично сильніша, у неї вищий авторитет у групі, класі)

10.Вправа «Я зможу допомогти»

Мета: вироблення навичок безпечної поведінки у конкретній ситуації, пошук шляхів захисту у ситуації булінгу.

Ви залишаєтеся працювати у підгрупках. Кожна підгрупа отримає певну ситуацію, де здійснюється насильство. Ваше завдання полягає у тому, щоб допомогти жертві та знайти для неї шляхи захисту та безпечної поведінки.

Ситуація 1.

Вона як завжди сиділа на стільчику, хоча всі її однолітки метушилися та галасували під час самостійної ігрової діяльності. Світлана спостерігала щодня одну й ту саму картину: дівчатка весело сміються, жартують та кокетливо поглядають на хлопців. Звичайно, адже вони не носять цих потворних окулярів та брекетів на зубах. Через них вона терпіла стільки знущань та насмішок серед одногрупників..! Тільки вдома вона могла насолодитися любов'ю та теплом, яке дарували їй її батьки.

І ось майже всіх дітей вже забрали із садочку. За столом самотньо сидить Світлана. До неї підходять двоє дівчат. Це її одногрупниці. Починають насміхатися з дівчинки: забирають окуляри, кидають на підлогу її речі, топчуть їх. Дівчинка починає плакати.

І раптом…..СТОП!

Ситуація 2.

Кожен ранок Максима починався з того, що він чув чергову сварку батька та матері. Так сталося і цього разу. Прокинувшись вранці, він почав збиратися до садочку . Снідати не хотілось, та й ні мама, ні тато цього не помітять. Він звик. Адже давно його у сім'ї не помічали.

До садочку також не хотілося йти. Адже там хлопці знову почнуть знущатися з нього: давати різні образливі прізвиська, стусани, ставити підніжки. Було дуже важко, адже пожалітися було нікому…

Дитячий садок. Денна прогулянка. Із засмученим обличчям Максим вийшов на ігровий майданчик .

В цей час до нього підійшло троє дітей. Почали знущатися, насміхатися. Один з них почав плескати Максима по спині, і провокувати, мов: «Вдар мене». Але Максим нічого не вчиняв, він просто стояв. І ось, Максима боляче штовхнули і він упав. Було дуже боляче. На очі навернулися сльози.

І раптом……СТОП!

Ситуація 3.

Колись Саша жив у щасливій та повноцінній сім'ї. Але після розлучення батьків мати була постійно зайнята. А він так хотів уваги та тепла. Адже він також важко переживав розлучення батьків, хоча і не показував цього. Через це він почав погано поводиться. Часто конфліктував з вихователем та дітьми.

Цей день у садочку не був винятком. Вранці як і завжди він побився з однолітками, нагрубив вихователю, яка зробила йому зауваження . Одногрупники Сашка незлюбили і часто насміхалися та глузували з нього, не приймали у спільну компанію. Але він не виказував свого болю через це. Насправді йому було страшно…

І ось вже вечір. Ігровий майданчик. Майже всіх дітей забрали по домівкам. Сашкові не хотілося іти додому та й мама ще не прийшла.

В цей час до нього підходять двоє дітей, хлопчики. Пропонують погратися разом. Сашко, спочатку вагається, але потім погоджується піти з ними пограти. І ось, залишившись утрьох в будиночку, де не бачить вихователь - хлопці починають вимагати у Сашка іграшки та цукерки. Сашко пояснює, що у нього немає цукерок та іграшок. Хлопців це обурює і вони починають його бити.

І раптом…….СТОП!

Питання для обговорення:

1. Чи були труднощі при виконанні завдання? Якщо так, то в чому саме?
2. Які емоції чи переживання ви відчували до дітей, які опинилися у складних ситуаціях?

Рекомендації:

1. Зберігай спокій, дій хоробро та обійди ситуацію.
2. Стримуй гнів.
3. Говори спокійно і впевнено - дай агресору можливість зупинитися.
4. Звернися по допомогу .
5. Повідом про булінг анонімно.
6. Відійди в сторону. Це не ознака слабкості!
7. Усунь провокативні фактори.

ПАМ'ЯТАЙТЕ!

• Ваша власність належить тільки вам.

• Ви маєте право на допомогу.

• Кожна дитина має право жити вільно, у безпеці, відчуваючи тепло і любов!

11. Притча «Скільки важить сніжинка?»

Одного разу маленька синичка, сидячи на засніженій гілці дерева, запитала в дикого голуба:

— Скільки важить одна сніжинка?

— Не більше, ніж нічого, — відповів він їй.

— Тоді я хочу розповісти тобі дуже цікаву історію, — вела далі синичка. — Одного разу я сиділа на ялиновій гілці, й почався снігопад. Це ще не була віхола, й легкі сніжинки спокійно лягали на дерева. Я нарахувала 7435679 сніжинок, які опустилися на ялинову гілку. І коли остання сніжинка, що, як ти сказав, «важить не більше, ніж нічого», впала на неї — гілка зламалася. — Після цього синичка злетіла, залишивши голуба у глибокій задумі.

Скільки важать наші слова? Часом ті слова, які «не важать» нічого, наші вчинки, які ми робимо, непомітні для нас самих, лягають великою образою й болем на інших. І під таким тягарем може зламатися кожна людина. Я точно знаю, що хоча б раз, але кожен із нас завдавав образи іншим, навіть не зауважуючи цього.

Насправді слова, з якими ми звертаємося одне до одного, важать дуже багато: добрими, лагідними можна підняти людині настрій, зробити її щасливою, а злими і жорстокими — засмутити, образити, принизити і навіть убити. Про це потрібно пам'ятати під час спілкування і конфлікту, щоб не зіпсувати стосунків назавжди.

Я щиро вірю і повністю впевнена, що кожен з вас вживатиме такі слова, що підніматимуть настрій іншим, щоб будувати і не руйнувати. Адже те, що ми говоримо так чи інакше лишає слід у серці людини, якій ми це сказали. Наш колектив – це маленька сім'я. Мені, та й вам, хотілося б, щоб у нашій сім'ї завжди панувало добро, взаємоповага, не було сварок, лихослів'я. А ще наш колектив – це ще й частинка більшої сім'ї – нашого садочку. Я переконана, що кожен із вас прагне, щоб наш садочок став територією Добра. Тому пам'ятайте правило, яке називають **Золотим:** «Усе, що хочете аби вам робили люди, робіть їм і ви»!

Пропоную вам взяти ось таку сніжинку до рук і передати товаришу, що сидить поруч зі словами «Ти найкращий, бо…»

12. Висновки до заняття

Мета: підбити підсумки заняття та обмінятись враженнями.

Пропоную учасникам підбити підсумки заняття у форматі «запитання-відповідь» або, якщо дозволяє час, у формі брейн-рингу:

Запитання:

1. Що таке булінг?
2. Хто може страждати від булінгу?
3. Які є види булінгу?
4. Що таке економічний булінг?
5. Що таке фізичний булінг?
6. Що таке психологічний булінг?
7. Що таке кібербулінг?
8. Хто такий булер/булі?
9. До кого звернутися в ситуації булінгу?
10. Який номер телефону Національної дитячої «гарячої лінії»?
11. Які ви можете дати поради як справитися з булінгом?
12. Які ви можете дати поради як уникнути булінгу?
13. Що таке насильство?

13. Вправа «Очікування»

Мета: визначити чи справдилися сподівання учасників тренінгу.

Пропоную учасникам тренінгу написати на сердечках, чи справдилися їхні очікування (сподівання) від сьогоднішньої зустрічі. Та прикріпити на планеті Земля (якщо справдилися повністю), або ж біля символічного зображення дитини (якщо на половину). Якщо ж очікування не справдилися взагалі – то подалі від планети Земля (космос).

14. Підведення підсумків.

Наше заняття підійшло до кінця.

- Що запам'яталося вам найбільше?

15. . Гра « Чарівна скринька»

Учасникам пропонується дістати по одній записці з чарівної скриньки, яка підкаже їм, що на них чекає сьогодні, або що їм потрібно зробити найближчим часом.

Варіанти побажань:

- - Найближчим часом тобі особливо пощастить!
- - Життя готує тобі приємний сюрприз!
- - Настав час зробити те, що ти постійно відкладаєш на потім!
- - Люби себе такою, яка ти є - єдину і неповторну!
- - Обов'язково зроби собі подарунок, ти цього заслуговуєш!
- - Що б ти не робила, радість і спокій завжди будуть поруч!
- - Найближчий місяць твій! Робота чи відпочинок - вирішувати тобі!
- - Всі твої бажання і мрії реалізуються, повір у це!
- - Не віриш у казку? А даремно...щось чудове і чарівне готує тобі весна!
- - Просто необхідно влаштувати собі святе, покликати добрих друзів і добрих колег!
- - Давно не приділяла собі часу? Салон краси або просто ароматна ванна порадує тебе!
- - Не бійся своїх бажань, їх виконання дає нові життєві ресурси!
- - А чи часто ти задоволена своїми вчинками? Якщо ні, то обов'язково знайди привід пишатися собою!
- - Заглянь всередину себе, там є все те, що тобі так імпонує в інших людях!
- - Ти потрібна, тебе люблять, тобою захоплюються і пишаються. Дорожи цим!!!
- - Усередині кожної людини є хоча б одне маленька, але позитивна якість. Побач її!

Дякую вам за гарно проведений час. Поаплодуймо один одному.