Виховна година з елементами тренінгу
«Протидія проявів булінгу серед здобувачів освіти»

Заняття з елементами тренінгу з попередження насильства має на меті дати інформацію про поняття та види «насильства», «булінгу»; сприяє розвитку дружніх стосунків у класі; допомагає пізнати способи неконфліктної поведінки серед підлітків, що дозволить їм конструктивно взаємодіяти з іншими, вільно виражати та контролювати свої емоції. Це сприятиме успішній адаптації підлітків у період вікової кризи.

Мета заняття: навчання способам неконфліктної поведінки, емоційний розвиток підлітків, що дозволить їм конструктивно взаємодіяти з іншими, вільно виражати та регулювати свої емоції, що сприяє успішній адаптації підлітків у період вікової кризи.

Основні завдання заняття:

— розвиток уміння щиро ділитися своїми почуттями та розуміння почуттів іншого;

— розвиток взаємної підтримки, довіри, емпатії;

— підкріплення позитивного образу "Я";

— розвиток уміння здійснювати самопрезентацію в групі однолітків;

—вироблення механізму побудови конструктивних взаємовідносин.

Кількість учасників: 10-20.

Вікова категорія: 11 – 15 років.

Тривалість заняття: 45 хв.

Необхідні матеріали: невеликі паперові картки, фломастери, ватмани, телевізор та ноутбук.

Очікувані результати: обізнаність учнів з явищем «насильства», «булінгу», способами вирішення конфліктів; уміння застосовувати отримані знання на практиці, для неконфліктних стосунків у класі.

Хід заняття

1. Знайомство.

Мета: знайомство і саморозкриття учасників групи, створення позитивної атмосфери. На першому етапі відбувається знайомство.

Вправа "Презентація" ***(7 хв.).***

Мета: проявити вміння презентувати свої особистісні якості.

Всі учасники сідають у коло. Педагог задає завдання : назвати своє ім’я та свої якості або здібності , які починаються на кожну букву імені. Наприклад , Антон : А-артистичний, н – надійний, т – товариський, о-охайний.

Кожен учасник називає своє ім'я і називає свої позитивні якості або здібності. Головне завдання самопрезентації — підкреслити свою індивідуальність. Після того як кожен повідомить про себе, тренер просить учнів пригадати, у чому ж унікальність учасників групи.

Висновок: *кожен з вас унікальний, кожен – особистість зі своїм конкретним набором рис.*

2. Відеовправа «Вітер дме на ...» (5 хв.)

https://www.youtube.com/watch?v=0Lg4PS_tCek

Продовжуємо дізнаватися більше один про одного.

Зі словами *«Вітер дме на ...»* ведучий починає гру *(або можна включити вправу-руханку на телевізорі)*. Щоб учасники гри побільше дізналися один про одного, питання можуть бути наступними: «Вітер дме на …того, у кого темне волосся» - всі темноволосі повинні підняти руки. «Вітер дме на того, у кого …є велосипед, скейт», «у кого є друзі», «у кого карі очі», «у кого блакитні очі» і т.д.

Педагог. Вам сподобалось? Що нового Ви дізналися один про одного? Який висновок можно зробити після цієї гри?

Висновок: *що всі ми різні – зовнішність, здібності, захоплення.*

3. Вправа «Словесний автопортрет» (15 хв.)

(психодіагностична вправа)

Учасники на аркушах паперу пишуть повідомлення про себе, але не підписують їх. Розповідають про свої захоплення, здібності, улюблені речі, про свої якості, характер, поведінку, про успіхи в навчанні і т.д. Потім листи збираються і перемішуються. Кожен підліток вибирає лист і зачитує групі повідомлення. Завдання учасника - дізнатися за словесним описом, про кого йде мова. Якщо він не здогадався, то просить допомоги у групи.

Висновок. *Ця вправа дає можливість учасникам зрозуміти краще один одного, інтереси, захоплення.*

4. Інформаційне повідомлення про поняття та види «насильства», булінгу

Педагог. Діти, сьогодні на занятті ми розглянемо серйозну проблему , яка хвилює багатьох дітей та дорослих через свою шкоду людині, це проблема поширення насильства, жорстокого поводження та булінгу серед підлітків.

Наси́льство в школі— це застосування сили, психологічного тиску, погроз, які свідомо спрямовані на слабших дітей, які не зможуть дати відсіч.

Висновок. *Іноді в школі ми зустрічаємося з такими випадками, які нам здаються нам невинними жартами, але вони часто повторюються. А потім поступово перетворюються на переслідування дитини, конфлікти та травлю. Це явище називається* ***булінг.***

Булінг у школі - це тривалий негативний вплив, насильство з боку одного учня чи групи дітей до іншого учня. Переклад з англійської означає «забіяка, насильник, хуліган». **Булінг - це групове або індивідуальне цькування.** Жертва булінгу постійно знаходиться під тиском переслідувачів, відчуває психологічний тиск, погрози, залякування, що може призвести навіть до самогубства.

Виділяють кілька типів булінгу:

- **Фізичний.** Він проявляється побоями, іноді навіть навмисним покаліченням. Штовхання, підніжки, зачіпання, бійки, стусани, ляпаси, кидання папірцями, гумками та іншими дрібними предметами за спиною, тощо.
- **Психологічний**. Це бойкот, плітки (поширення завідомо неправдивих чуток, що виставляють жертву в невигідному світлі), ігнорування, ізоляція в колективі, інтриги, шантаж, погрози, вимагання, створення неприємностей (скидають підручники з парти, перекладають речі на іншу парту); погляди, прізвиська, жарти, жести, що принижують, образливі рухи тіла, міміки, підглядування, переслідування, залякування; вербальна агресія**,** яка виражається в постійних глузуваннях, образах, окриках, прокльонах.
- **Економічний булінг**. Крадіжки, пошкодження, ховання, знищення одягу чи інших особистих речей, вимагання грошей тощо. Наприклад, крадуть, ховають, викидають у вікно особисті речі, псують щоденник, зошити тощо.
- **Кібербулінг.** Саме останнє, але дуже популярне серед підлітків. Виявляється в цькуванні за допомогою соціальних мереж або надіслання образ на електронну адресу. Сюди входить зйомка і викладання непривабливого відео в загальний доступ. Пересилка небажаних фото, обзивання по телефону, знімання на відео бійок чи інших принижень, викладання фото та відео в мережу Інтернет; нецензурні вислови в переписці в соціальних мережах.

5. Вправа Асоціації «Булінг» (10 хв.) Учні діляться на групи. Кожній дається маркери і ватман. Учасники групи слухають запитання вчителя, швидко радяться, яка має бути відповідь і малюють її на ватмані. Далі – пояснюють та обговорюють

(Матеріали: ватмани, фломастери)

1. Якщо булінг- це меблі, то які?
2. Якщо булінг – це герой з мультфільму, то який?
3. Якщо булінг - це дерево, то яке?
4. Якщо булінг - це явище природи, то яке?
5. Якщо булінг - це техніка, то яка?
6. Якщо булінг - це музичний інструмент, то який?
7. Якщо булінг - це посуд, то який?
8. Якщо булінг - це блюдо, то яке?
9. Якщо булінг - це літературний твір, то який?
10. Якщо булінг - це тварина, то яка?
11. Якщо булінг - колір, то який?
12. Якщо булінг - людина, то яка?
13. Якщо булінг - погода, то яка?
14. Якщо булінг - це пора року, то яка?
15. Якщо булінг - транспорт, то який?
16. Якщо булінг - птах, то який?
17. Якщо булінг - казка, то яка?
18. Якщо булінг - іграшка, то яка?
19. Якщо булінг - комаха, то яка?
20. Якщо булінг - спорт, то який?

Педагог. Прочитайте, що вийшло? Що це означає?

- Діти, чи хтось з Вас зустрічався з явищем булінгу в житті?
- Діти, скажіть як можна зупинити булінг у класі?

Висновок: *потрібно стати на захист тих, кого образили і не підтримувати агресорів.*

6. Практикум. Вирішення конфліктних ситуацій у казках(10хв.)

Педагог: - Діти, а зараз ми спробуємо на практиці проаналізувати, які прояви насильства чи булінгу зображено в епізодах казок «Попелюшка» та «Гидке каченя»?

Завдання:

Прочитати ситуацію, визначити порушення прав героїв, прояви насильства , жорстокого поводження, булінгу над героями.

1. ***Уривок з казки «Гидке каченя» Ганс Христиан Андерсен***

У заростях лопуха в однієї старої садиби мама-качка вивела каченят, але останнє пташеня виглядало жахливо і не було схоже на інших. Мешканці пташиного двору відразу не злюбили гидке каченя, через що постійно нападали на пташеня. Мати, спочатку захищала сина, незабаром теж охолола до нього. Не витримавши принижень, каченя втекло з двору до болота, де, незважаючи на свій вид, змогло подружитися з дикими гусьми. Але незабаром вони були вбиті мисливцями. Після цього каченя втекло з болота і після цілого дня поневірянь знайшло хатинку, де проживали бабуся, кіт і курка. Старенька залишила пташеня у себе, в надії що воно буде нести яйця. Кіт і курка, що жили в будинку, стали насміхатися над каченям, і коли йому раптом захотілося плавати, він не знайшов у них розуміння і пішов жити на озеро. Одного разу на озері гидке каченя побачило лебедів і полюбило, як не любило досі нікого. Але підійти до них він так і не наважився, боячись, що буде так само відхилений, як раніше.

З приходом зими каченя замерзало в озері, але один селянин підібрав його і відніс додому. У новому житлі каченя пробуло недовго: він злякався дітей, що захотіли пограти з ним, і втік на вулицю. Зиму він провів у кущах біля озера. Коли настала весна, каченя навчилося літати. Одного разу, пролітаючи над озером, він побачив плаваючих в ньому лебедів. На цей раз він вирішив наблизитися до них, навіть якщо вони вирішать закльовувати його. Але опустившись на воду, каченя випадково глянув на своє відображення і побачив там такого ж прекрасного молодого лебедя. Інші лебеді з радістю прийняли його в свою зграю. Ще зовсім недавно лебідь був гидким каченям і не міг навіть мріяти про таке щастя …(2).

2. Уривок з казки Братів Грімм «Попелюшка»

У багатого чоловіка помирає дружина. Перед смертю вона просить дочку бути скромною і доброю. Після смерті матері дочка щодня ходить до матері на могилу і виконує її прохання, вона скромна і добра. Настає зима, потім весна, і чоловік одруж

(Орієнтовна відповідь: 1) казка «Гидке каченя»: порушені права - всі герої повинні мати однакові права незалежно від походження; кожна дитина має право на

любов і піклування; приниження, через те, що не такий як всі; бойкотування, ігнорування, булінг;

2)казка «Попелюшка»: економічне насильство - відібрали плаття, вигнали жити на кухню; психологічний булінг – прізвиська; порушені права - жодна дитина не може бути скривджена і зневажена; усі діти мають право на відпочинок і дозвілля; примус дитини до важкої праці).

Педагог. Діти, молодці ви справилися з завданням! А чи є такі ситуації в житті? Як їх можна владнати?

7. Методика вирішення конфлікту «Мозковий штурм».

Педагог. Діти, а як можна вирішити конфлікт, які способи Ви знаєте?

(Підлітки називають та записують на дошці відповіді).

8. Пам'ятка «Поради, як уникнути булінгу»

1. Упевнись, що ти не є кривдником.
2. Заступайся за тих, кого ображають.
3. Якщо ти став або стала жертвою булінгу – розкажи про це дорослим (батькам або вчителю).
4. Якщо ти побачив / побачила, що над кимось знущаються – клич на допомогу, привертай увагу дорослих.
5. Стався до інших так, як хочеш, щоб ставились до тебе (5).

9. Підведення підсумків заняття

Педагог. Ми завжди повинні пам'ятати, що насамперед ми – люди. Сьогодні ми багато дізналися нового, цікавого один про одного, кожна людина – це особистість зі своїми талантами, здібностями, «родзинками». У кожного з нас є багато позитивних рис, а є, звичайно, і негативні. Над такими рисами потрібно працювати. Звичайно, ми повинні поважати один одного, бо ми –ЛЮДИ!