



2022-2023 н.р.

Тренінг для педагогів:

«Як говорити з дітьми та підлітками про булінг?»



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 навички відповідальної та безпечної поведінки.

Час проведення: 50 хв

Хід заняття:

1. Привітання учасників (7 хв)

Мета: повідомлення теми заняття, установка на роботу.

Тренер. Доброго дня, шановні педагоги. Сьогодні ми з вами тут для того, щоб обговорити важливу тему – тему насильства та жорстокості серед дітей.

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 та пізнавально і ви з користю проведете час.

2. Вправа “Правила роботи” (2 хв)

Мета: організація групи та створення можливості ефективної роботи.

Тренер. 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. “Вільна нога”
8. Конфіденційність.

Запитання до групи:

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

0. Вправа “Мої очікування” (10 хв)

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

Тренер. Наша наступна вправа так і називається. Пропоную вам на яблучках, які ви знайдете у себе на спинках стільців, написати, а потім озвучити, що ви чекаєте від нашої зустрічі і прикріпити їх до нашого дерева.

0. Ознайомлення з поняттям булінгу та його видами (10 хв)

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

Хід проведення:

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?

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 підлітків 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.

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;
- невпевнені в собі діти, замкнуті, мовчазні;
- діти, які мають руде волосся, повні чи худі;
- діти, які уникають певних місць у школі (наприклад, на перерві сидять у класі);
- діти, які часто не мають ні одного близького друга, краще спілкуються з дорослими ніж з однолітками.

Як розпізнати агресора:

- якщо це хлопчики, вони зазвичай фізично сильніші за інших;
- виділяються зовнішністю, манерою поведінки, одягом;
- вони часто зухвалі та агресивні в ставленні до підлітків та дорослих;
- не дуже гарно вчаться;
- мають досить велике коло друзів або однодумців та ін.

Наслідки булінгу можуть бути різноманітні. Їх жертви зазнають чимало страждань. Це і зниження самооцінки, поганий сон та апетит, тривожність, вживання алкоголю, паління, 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.

7.Обговорення «Поради як уникнути булінгу» (5хв)

Мета: ознайомити учасників, з порадами як уникнути булінгу

Хід проведення:

Ведучі інформують учасників:

Поради, як уникнути булінгу

1. Упевнися, що ти не є кривдником/кривдницею по відношенню до інших.
2. Заступайся за тих, кого ображають
3. Якщо ти став/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 вони ставилися до тебе.
6. Є питання – телефонуй на Національну дитячу «гарячу лінію» : 0 800 500 225 або 772.

8 Обговорення «Куди/ до кого можна звернутися, якщо опинилися або стали свідками ситуації булінгу» (5 хв)

Мета: розказати учасникам, куди/ до кого звернутись, якщо вони опинились або стали свідками ситуації булінгу.

Хід проведення:

Ведучі інформують учасників:

Якщо ви опинились або стали свідками ситуації булінгу, можете звернутися: у своєму навчальному закладі – до соціального педагога, практичного психолога, класного керівника, медіатора, вчителя, медичного працівника; в поліції – до дільничного інспектора, працівників кримінальної поліції у справах дітей; до працівників служби у справах підлітківдержавної адміністрації; неурядових громадських організацій; зверніться також за порадою до батьків, до людини, з якою у вас довірливі стосунки (друг або подруга, родичі, вчитель).

Якщо ви зіткнулися з ситуацією булінгу, то для отримання інформаційних, психологічних, правових консультацій ви можете безкоштовно звернутися на Національну дитячу «гарячу лінію» за номерами 0 800 500 225 або 772 (безкоштовно) в межах України (з понеділка по п'ятницю з 10.00 до 20.00, в суботу – з 10.00 до 16.00).

0. Висновки до заняття (10 хв)

Мета: підбити підсумки заняття та обмінятись враженнями.

Хід проведення:

Ведучі пропонують 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?
14. **Прощання «Оплески» (1 хв)**

Мета: сприяти позитивному завершенню заняття.

Хід проведення:

Ведучі дякують учасникам за роботу та просять учасників подякувати один одному оплесками за активну участь під час заняття.