

## Беседа «Травля» Учащиеся 5-6 кл.

Цели:

- формирование негативного отношения детей к таким понятиям, как *буллинг, моббинг, психологическое насилие*;
- формирование умения найти пути выхода из ситуаций травли;
- формирование толерантного отношения к сверстникам;
- закрепление понятий *буллинг, моббинг* как резко отрицательных явлений жизни.

Прогнозируемый результат: понимание подростками важности проблемы психологического насилия; помощь в определении нравственных ориентиров.

Наглядный демонстрационный и раздаточный материалы: компьютерная презентация (слайды), видеоролики; бумага, ручки, карандаши.

### Ход занятия

1. Введение, формулировка темы занятия.

Психолог: ребята, прежде, чем мы определим тему нашего занятия, я хочу обсудить с вами старую историю о «Гадком утенке», которую вы все хорошо знаете, давайте посмотрим кусочек мультфильма.

Психолог: Ребята, что мы чувствуем, читая и размышляя на эту тему?

Ответы детей.

Как вы думаете, о чем пойдет речь у нас сегодня? Правильно, о травле.

2. Работа с понятиями.

Психолог: С травлей вы все сталкивались неоднократно. Давайте подумаем, что это такое? В чем проявляется травля?

Ответы детей.

Демонстрация презентации, кадры 2-3, мини-лекция психолога.

Травля, или буллинг, или моббинг – это негативные действия со стороны одного или нескольких человек в отношении другого человека на протяжении длительного времени. Травля – это один из видов отвержения, психологического насилия.

Виды психологического насилия:

- Травля (не дают прохода, обзывают, бьют, развлекаются, мстят за что-то...)
- Неприятие активное (возникает в ответ на действия жертвы; человеку дают понять, что он никто, его мнение ничего не значит)
- Неприятие пассивное (не принимают, не берут в совместную деятельность)

- Игнорирование (на человека не обращают внимания, с ним не общаются, его не замечают, не интересуются им);
- Моральное насилие (насмешки, шантаж, угрозы, прозвища, оскорбления);
- Кибербуллинг (угрозы в сети, домогательства, выкладывание в интернет порочащих сведений и пр)

Все эти виды одинаково отвратительны и имеют тяжелые последствия.

### 3. Активизация моральных чувств.

Психолог: ребята, я предлагаю вам посмотреть небольшой ролик. А когда вы будете его смотреть, постарайтесь представить себя на месте главной героини.

Демонстрация ролика «Детская жестокость: социальная реклама» (до 3.50 мин).

Психолог: вы посмотрели ролик и представили себя на месте героини. Ответьте, пожалуйста, на вопросы:

- как бы вы себя чувствовали в такой ситуации?
- какие бы эмоции вы испытывали?
- чего бы вам хотелось?

Ответы детей.

### 4. Оценка явления.

Психолог: то, что вы сейчас видели, - недопустимо. Никогда и ни в каком случае не оправдано. Вы должны знать: травля – это плохо! Люди могут быть очень разными они могут нравиться друг другу больше или меньше, но это не повод травить и грызть друг друга, как пауки в банке. Люди на то и люди, разумные существа, что они способны научиться быть вместе и работать вместе без того, чтобы друг друга травить . Даже если они очень-очень разные и кто-то кому-то кажется совсем неправильным. Но никогда, никому не позволено травить другого за то, что он отличается чем-то от вас. Никакие «да мы просто пошутили», или «мы так играем», или «мы его просто дразним».

(Можно привести примеры, что может казаться неправильным в других людях: внешность, национальность, реакции, увлечения и т. д. Привести примеры, как одно и то же качество в разные времена и в разных странах оценивалось по-разному).

Травля – это болезнь. Бывают такие болезни, которые поражают не людей, а группы, классы, компании. Если человек не моет руки, он может подхватить инфекцию и заболеть. А если группа не следит за чистотой отношений, она тоже может заболеть - насилием. Это очень грустно, это всем вредно и плохо. И в этом случае нам придется вместе срочно лечиться, чтобы у нас был здоровый, дружный класс.

Давайте посмотрим, как выглядит эта болезнь и кто ею болеет.

5. Мини-лекция психолога с демонстрацией презентации (кадры 4-12).

В моббинге участвуют три стороны: зачинщики, жертва и последователи.

Зачинщики. В основе их действий обычно лежит желание самоутвердиться, выделиться. Иногда травля бывает результатом личной мести.

Преследователи (последователи, наблюдатели) – все остальные.

Причины присоединения последователей к зачинщикам:

- подчинение стадному чувству;
- желание заслужить одобрение лидеров класса;
- от скуки или ради развлечения;
- из страха оказаться на месте жертвы;
- желание самоутвердиться

Психологические особенности детей-последователей:

- несамостоятельность;
- подверженность влиянию;
- конформизм;
- неуверенность в себе и зависимость от «дружбы» с лидером;
- частая озлобленность и трусливость;
- часто – жесткий контроль со стороны взрослых.

Жертвой травли может стать кто угодно, независимо от внешнего вида и особенностей личности. "Козлом отпущения" может стать каждый. Это иллюзия, что для этого надо быть каким-то особо ненормальным. Да, иногда и так бывает. А иногда и вовсе наоборот. И вообще как угодно. Очки (веснушки), толщина (худоба), национальность, бедная одежда - все подойдет. Правда, есть некоторые особенности, которые могут привести к тому, что ты станешь жертвой: обидчивость, замкнутость, отклонения в здоровье, низкая самооценка...

И стать зачинщиком тоже может кто угодно.

Последствия травли одинаково опасны для всех – и для зачинщиков, и для жертв.

(Здесь психолог может привести свой личный детский опыт, особенно если ему приходилось сталкиваться с ситуацией травли в роли кого угодно. Описать свои чувства тогда и чувства теперь).

Самые тяжелые последствия моббинга, конечно, для жертв:

- снижение уверенности в себе;
- уменьшение способности и желания учиться из-за нежелания ходить в школу;
- поиски внешкольного круга друзей, которыми могут оказаться кто угодно;
- последствия для здоровья;
- переживание постоянных негативных эмоций;
- возникновение депрессии, в особо тяжелых случаях – попытки суицида;

- последствия во взрослой жизни – проблемы с созданием семьи, с выбором профессии, с поиском друзей.

Для зачинщиков и последователей последствия тоже есть:

- озлобленность;
- потеря уважения к себе;
- проблемы с друзьями (дружба, основанная на страхе, это не дружба);
- проблемы в рабочих коллективах во взрослой жизни (если зачинщик понесет туда свой школьный опыт);
- зависимость от чужого мнения;
- конформность.

Ребята, вспомните сказку про гадкого утенка. Обычно, читая эту сказку, мы думаем о главном герое, об утенке. Нам его жаль, мы за него переживаем. Но подумайте о вот этих курах и утках. С утенком-то все потом будет хорошо, он улетит с лебедями. А они? Они так и останутся тупыми и злыми, неспособными ни сочувствовать, ни летать. Когда в классе возникает похожая ситуация, каждому приходится определиться: кто он-то в этой истории. Среди вас есть желающие быть тупыми злобными курами? Каков ваш выбор?

6. Оценка собственного вклада в травлю (этот пункт можно использовать или не использовать, в зависимости от ситуации в классе и хода классного часа).

Психолог: мы узнали, что представляет из себя болезнь под названием «травля, или моббинг». Ребята, я попрошу вас оценить, каков из вклад в болезнь класса под названием "травля". 1 балл - это "я никогда в этом не участвую", 2 балла - "я иногда это делаю, но потом жалею", 3 балла - "травил, травлю и буду травить, это здорово". Пусть все одновременно покажут на пальцах - сколько баллов вы поставили бы себе?

Ответы детей (чаще всего троек не будет).

Психолог: Как я рад - никто из вас не считает, что травить - это хорошо и правильно. Даже те, кто это делал, потом жалели. Это замечательно, значит, нам будет нетрудно вылечить свой класс.

#### 1. Формулировка позитивных правил жизни в группе.

Психолог: итак, как не надо поступать, мы уже поняли. Давайте теперь подумаем, что можно и нужно сделать.

Демонстрация презентации: кадры 13-16.

Если вы обнаружили, что кого-то травят, первое условие – неравнодушие. Чтобы самому не стать зачинщиком или последователем:

- Не поддразнивайте человека, если вы не знаете его достаточно хорошо и не уверены в его чувстве юмора
- Не распространяйте сплетни и слухи о других
- Не игнорируйте человека, особенно если его травят
- Не распространяйте в интернете информацию о человеке без его согласия

В ситуации травли:

- Если ваши друзья, начинают сплетничать, дайте понять, что вы осуждаете это

- Если в вашем коллективе кого-то травят, не молчите. Скажите о недопустимости таких действий

- Если вы видите, как кого-то травят, и боитесь за этого человека, сообщите кл.руководителю или школьному психологу

Если вас травят в сети (кибербуллинг):

Не отвечайте на травлю в онлайн-пространстве. Если вас пытаются оскорблять смс-сообщениями, через Вконтакт, Фэйсбук и другие социальные сети, через электронную почту, не отвечайте. Особенно если послания анонимные.

Психолог: ребята, каким бы вы хотели видеть свой класс и отношения в нем? Как бы вы хотели, чтобы к вам относились? В каком классе вам бы хотелось учиться?

Ответы детей записываются на доске. Затем формулируются общие правила жизни в классе, записываются на одном листе, лист подписывается всеми детьми.

Психолог: а теперь давайте досмотрим ролик до конца (ролик «Детская жестокость» с 3.55 до конца).

## 2. Рефлексия

Психолог: Ребята, что вы узнали нового на нашей сегодняшней встрече? Какие чувства вы испытывали?

## 3. Заключение.

Психолог: Надеюсь, правила, которые вы сами сформулировали и приняли, будут работать, и ваш класс излечится от болезни под названием «травля»

При подготовке использованы следующие материалы:

1. Мультфильм «Гадкий утенок» (Союзмультфильм, 1956 г)
2. Людмила Петрановская «Детки в клетке-5»  
<http://ludmilapsyholog.livejournal.com/81492.html>
3. Социальная реклама «Детская жестокость»  
<https://www.youtube.com/watch?v=OlpVEThESSI>
4. Теоретико-методические основы деятельности педагога-психолога по предотвращению буллинга в школах Тульского региона: гендерно-возрастной аспект /под общ. ред. К. С. Шалагиновой.- Тула: Изд-во «ГРИФ и К», -2014.- 237