**ИНФОРМАЦИОННЫЕ ВСТРЕЧИ "Буллинг"**

**Цель:** профилактика и предотвращение проявлений буллинга и формирование толерантного поведения у подростков и молодежи края.

**Задачи встречи**:

- изучить понятие "буллинг" как явление жизни;

- информировать о способах выхода из ситуаций буллинга;

- развить у подростков чувство терпимости друг к другу и к различным категориям людей.

**Целевая группа:** от 14 лет и старше.

**Время проведения:** 30 мин. и более.

**Необходимое оснащение:** аудитория, мультимедиа для просмотра презентации (<https://drive.google.com/file/d/1Nz2Lcn9rzRO88TECKNk9xx4qngM8d4J_/view?usp=sharing>).

**Ход мероприятия**

1. **Вступительная часть.**

***1) Организационный момент.***

***2) Работа с аудиторией.***

Всем добрый день!

Расскажите, пожалуйста, что вы знаете о понятии "буллинг" и сталкивались ли вы с ним? *(ответы аудитории)*

***3) Сообщение темы и задач мероприятия.***

Сегодня мы с вами затронем такую актуальную тему, как "буллинг". Наша встреча будет посвящена разбору данного понятия, а также воспитанию чувства уважения друг к другу, сплоченности коллектива и способам выхода из ситуаций буллинга.

**II. Основная часть.**

**Запуск презентации.**

**Слайд 1.** **Что такое буллинг?**

Буллинг – это агрессивное поведение, травля в отношении одного из членов коллектива. Он (буллинг) может выражаться по-разному: от обидных шуток до побоев. Но наиболее частой формой травли является психологическое насилие – жертву подвергают постоянным насмешкам, крадут его вещи, распространяют записи издевок в социальных сетях, часто объявляют бойкот.

**Слайд 2.** **Кто и почему становится жертвой буллинга?**

Издевательствам может подвергнуться любой, но часто жертвами травли становятся ребята чем-то отличающиеся от других: имеющие проблемы со здоровьем, отличающиеся от других своим характером, манерой одеваться, поведением, "отличники" или наоборот "двоечники".

Причины, по которым человек становится объектом травли, могут быть самыми разными. Ученик может просто "не вписаться" в коллектив и "быть не таким, как все", быть "любимчиком" учителя, конфликтовать с "авторитетами" класса или совершить какой-либо проступок, по мнению класса.

А разве плохо быть не таким, как все? Быть не таким, как все – означает прислушиваться к себе, в первую очередь, к своим желаниям и делать то, что тебе по душе. Мы должны быть разными, и это вовсе не плохо, именно эти особенности и изюминки делают нас такими, какие мы есть.

**Слайд 3.**

А теперь вернемся к вопросу буллинга.

Как вы думаете, какие роли проявляются в процессе буллинга? *(ответы аудитории)*

Самая плохая роль – *буллер* или же *агрессор* – непосредственный зачинщик (или зачинщики) травли. Часто причинами такого поведения являются проблемы в семье у агрессора или конфликты с другими окружающими.

*Жертва* – подросток, ставший объектом издевательств.

*Одобряющие* – определенная группа людей, так или иначе одобряющая или подстрекающая процесс травли.

*Защитники* – один или несколько человек, которые встают на сторону жертвы и пытаются воспрепятствовать издевательствам над ней.

*Сторонние наблюдатели* – члены коллектива, которые никак не участвуют в процессе буллинга, но вынуждены быть свидетелями издевательств. Часто так случается, что наблюдатели могут испытывать такой же стресс, как жертвы буллинга.

**Слайд 4. Упражнение на сплочение коллектива**

С уникальными отличиями каждого из нас мы уже познакомились, а теперь давайте посмотрим, насколько мы можем быть похожи. Ведь между нами есть столько сходств, которые мы часто просто не замечаем.

*Упражнение № 1. Круг сходства*

Сейчас все должны сесть на стульчики, образовав круг. В центре должен встать один водящий. Один стул убирается, а стоящий в центре круга должен сказать: "Сейчас пересядут все те, кто...", и задается условие, относящееся к большинству сидящих. Например: сегодня завтракали, не выспались, ехали в автобусе, в черной обуви, с голубыми глазами. Все, к кому относится этот признак, должны быстро встать и пересесть на другое освободившееся место. Нельзя оставаться на месте, если это к вам относится, и нельзя садиться на места справа и слева. Тот, кто остался без места, становится водящим и задает следующее условие.

*Вопрос для обсуждения:*

1. Были ли у вас какие-то сходства с одним из ваших товарищей, которые вас приятно удивили или о которых вы не знали?

**Слайд 5.** **Агрессия и ее виды**

Многие из нас в жизни сталкивались с агрессией, но только не многие знают, какие виды агрессии существуют:

*Прямая и косвенная агрессия.*

Прямая – реакция, направленная непосредственно на человека;

Косвенная – реакция человека, направленная на другого (оскорбления, злые подшучивания) или выражающаяся в виде бесконтрольных действий (швыряние вещей, удары кулаками по стене).

*Физическая и вербальная агрессия.*

При физической агрессии используется физическая сила, а при вербальной – ругань, крики, оскорбления.

*Провоцирующая и защитная.*

Защитная агрессия является ответной реакцией, при которой человек собирается дать отпор оппоненту. Провоцирующая же является своеобразной "атакой" при разжигании конфликта.

*Внешняя агрессия и аутоагрессия.*

Внешняя агрессия направлена на окружающих людей. Аутоагрессия выражается в самобичевании человека и иногда даже нанесении себе физических повреждений.

Агрессия ведет к нежелательным последствиям как для агрессора, так и для объекта агрессии – жертвы. Отрицательный эффект подобного поведения для жертвы очевиден – его интересы и права нарушаются, он чувствует себя униженным, ущемленным и обиженным, что может привести к желанию мести. Агрессор в ходе своих действий может достичь желаемых целей, но может и испытать негативные последствия сразу же или впоследствии. Агрессивное поведение часто ведет к немедленной и более мощной прямой контрагрессии – в форме физического или вербального оскорбления.

Давайте сейчас посмотрим небольшой видеоролик, который показывает историю одной ситуации.

***Воспроизведение видеоролика "Буллинг"***

<https://drive.google.com/file/d/1JjzesUxevUfmwQ2QJw6nprggxEL5EC2f/view?usp=sharing>

По вашему мнению, какие чувства испытывали Ноа и Ракилл? Как они справились со своими чувствами во время буллинга? *(ответы аудитории)*

**Слайд 6. Упражнение на сплочение коллектива**

Давайте сейчас попробуем определить по движениям, позе, мимике чувства другого человека.

*Упражнение № 2.*

Сейчас вам нужно выбрать себе партнера и образовать пары   
по два человека. Затем в течение 1-2 мин. в устной форме необходимо описать состояние, настроение, чувства, желания вашего партнера в данный момент. Тот, чье состояние описывает партнер, должен или подтвердить правильность предположений, или опровергнуть их.

*Вопросы для обсуждения:*

1. Насколько легко или сложно определить состояние и настроение человека без слов? И почему?
2. Полезно ли знать в каком состоянии находится ваш товарищ, родной или близкий человек? И почему?

**Слайд 7. Способы выхода из ситуации травли**

Если так получилось, что ты стал жертвой буллинга и испытываешь на себе агрессию и негатив со стороны других подростков, то что делать в этой ситуации? К сожалению, каких-то универсальных советов и "лекарств" от буллинга не существует. Тут все очень индивидуально и зависит от множества факторов: мотивы агрессоров, личность жертвы, обстоятельства вокруг.  
 Так как же быть тому, кто подвергается ежедневному издевательству со стороны подростков? Есть несколько рекомендаций, которые, вероятно, смогут вам помочь:

* *Поговорить с обидчиками.* Попробуй выйти на контакт с теми, кто тебя обижает. Если буллинг начался из-за какого-то конфликта, то вполне вероятно, что могло произойти недопонимание. Иногда разговор помогает решить какие-то вопросы и прекратить агрессию.
* *О травмах должны знать!* Если тебя избивают и на теле остаются ушибы, повреждения и т.д. – не надо молчать об этом! Если есть возможность – стоит обратиться в медпункт школы, в больницу или травмпункт, чтобы все следы были официально зафиксированы.
* *Расскажи!* Поговори с теми взрослыми, которым ты доверяешь. Это могут быть родители, школьные учителя или психолог, это могут быть друзья или родственники. Есть специальные службы, в которые можно позвонить, например, телефон доверия. Взрослые помогут изменить ситуацию. Бывает так, что ввиду каких-то причин человек, которому рассказали о буллинге, не принимает никаких действий, чтобы предотвратить проблему. В этом случае стоит говорить с кем-то другим. Не молчи об этом!
* *Социальный педагог – твой друг.* Не бойся сходить к школьному соц. педагогу. В этом нет ничего постыдного или смешного. Возможно, он сможет помочь построить линию поведения, обсудить варианты решения проблемы и просто выслушать тебя. Порой незнакомому человеку бывает проще рассказать о том, что на душе, что беспокоит. Пойми, что соц. педагог – твой друг и хочет помочь.

Необходимо помнить о том, что буллинг в школе может иметь плохие последствия, и нужно всеми силами стараться его предотвращать.

**III. Заключение**

В заключение хочу напомнить вам про единый общероссийский телефон доверия для детей, подростков и их родителей: 8-800-2000-122. Он работает ради того, чтобы все, неравнодушные к беде живущего рядом подростка или ребенка, могли вовремя сообщить о проблеме, и подросток смог получить профессиональную помощь.

***Примечание!***

1. Форма отчетности: <https://docs.google.com/document/d/1RG_3lO8bHWqmDHKz32U2Z538LVbRh_o_/edit?usp=sharing&ouid=100465730109306554314&rtpof=true&sd=true>
2. Ссылка на папку с документами:  <https://drive.google.com/drive/folders/1nQ1l26lbodAUiDWdr_bsYR7RSvHZrb_W>