**Тема: Влияние микроклимата класса на здоровье (школьный буллинг)**

**Цель:** повышение толерантности и профилактика конфликтов в межличностных отношениях учащихся.

**Задачи:**

* Раскрыть понятие буллинг;
* Развитие доброжелательного отношения друг к другу;
* Развитие у детей социальных навыков и навыков межличностного взаимодействия со сверстниками и взрослыми;
* Создание благоприятного психологического климата в классе.

*Вступление*

Приветствие.

Просмотр видеоролика.

Ребята сегодня мы будем говорить о буллинге, может кто-то знает что же такое буллинг? *(ответы детей)*

Тема: Влияние микроклимата класса на здоровье (школьный буллинг)

**Буллинг** – длительная, умышленная физическая или психическая травля со стороны одного по отношению к другому, не способному защитить себя в данной ситуации.

**Виды буллинга**

* Физический буллинг: избиение, пинки, шлепки...
* Вербальный или словестный: насмешки, угрозы, обидные клички, унижение в присутствии других, распространение слухов и сплетен.
* Поведенческий: порча и отнятие личных вещей, денег, вымогательство
* Кибербуллинг: анонимные звонки оскорбляющего или угрожающего характера, съемка

компрометирующих фото- и видеоматериалов, публикация их в сети, создание групп для выражения ненависти и травли определенного человека.

**Участники буллинга**

**Буллинг – это групповой процесс, затрагивающий не только обидчика** и пострадавшего, но и свидетелей насилия, весь класс (группу), где оно происходит;

**всегда есть наблюдатели (свидетели)**, это те, кто знает о травле, но не пресекает ее.

Они могут быть на стороне агрессора, боясь самим стать жертвой, а могут сочувствовать жертве, но пассивно наблюдают за всем происходящим. Поэтому чем лучше мы относимся друг к другу, уважаем мнение других, тем меньше вероятности для появления буллинга. Обратите внимание, что обидчик тоже может стать жертвой, если появится более сильный агрессор.

**Мотивы булинга**

* зависть;
* чувство неприязни;
* борьба за власть;
* нейтрализация соперника через показ преимущества над ним;
* самоутверждение за счет жертвы;

*Бывают ли в вашей школьной жизни ситуации, показанные ролике? Как часто такое случается? Как вы думаете почему?*

*Основная часть*

**Упражнение «Ярлыки».**

"Каждый человек когда-нибудь чувствовал себя незаслуженно обиженным или оскорбленным. В этой ситуации люди поступают по-разному: кто-то злится и ведет себя агрессивно, кто-то обижается, ничего не говоря в ответ, а кто-то может достойно постоять за себя и спокойно снять незаслуженные оскорбления " «ленивый», «злой», «неудачник», «равнодушный», «бездельник», «балбес», «безответственный», «несерьезный», «драчун», «прогульщик».

Теперь делимся на пары, я раздаю листочки, а вы клеите их на спину товарищу, не говоря, что у него написано. Далее озвучиваем и проводим беседу.

 *-Что вы чувствовали, как вы себя ощущаете? И т.д.*

*-Что ему хотелось бы сказать тем, кто незаслуженно его оскорбляет?*

Теперь я предлагаю снять листочки с оскорблениями и порвать их на мелкие кусочки оправдывая обиженного и клея ему хорошие наклейки, например: «умный», «красивый», «талантливый», «отзывчивый», «добросовестный», «сообразительный», «активный», «образованный», «воспитанный», «эрудит».

**Вопросы для обсуждения:**

- *Случались ли в вашей жизни ситуации, когда вы незаслуженно обвиняли кого-то или сами были несправедливо обвинены в чем-то? Что случалось чаще?*

*- Изменилось ли ваше отношение к этим ситуациям после выполнения упражнения?*

*- Как на ваш взгляд лучше поступать в похожих ситуациях?*

*Существуют ли "наклейки" в реальной жизни?*

*Всегда ли ваше мнение о других людях соответствует реальному?*

**Сцены травли**

Сейчас поиграем в игру сцены травли, я вам раздаю сценки, внимательно прочитайте и выберете из предложенных ответов, как бы вы поступили или предложите свой вариант.

Ваши друзья начинают обзывать вас, посылая вам угрожающие текстовые сообщения, и заставляют отдавать им разные вещи. Вы чувствуете себя плохо, когда такое происходит. Как вы должны поступить?

1. Ничего. Наверное, вы сделали что-то не то, отчего друзья стали так себя вести.
2. Начнете обзывать их в ответ и угрожать им.
3. Поговорите с родителями или учителем и расскажете им, что происходит.
4. Что-то еще (открытый угол).

Группа детей в вашем классе распространяет о вас обидные слухи, рассылая через социальные сети провокационную информацию о вас. Многие дети теперь не хотят с вами дружить или даже разговаривать. Даже ваши товарищи начинают думать, что эти слухи – правда. Как вы должны поступить?

1. Ничего. Никто не поверит вам, если все считают, что эти слухи – правда.
2. Начнете распространять неприятные слухи о других детях.
3. Расскажите всем, что это ложные слухи.
4. Что-то еще (свободный угол).

Ваша старшая сестра или старший брат все время толкают или бьют вас, когда никто не смотрит, и говорят, что, если вы расскажете кому-нибудь об этом, то будут бить вас еще сильнее. Как вы должны поступить?

1. Расскажете родителям или учителям о том, что происходит.
2. Попросите ваших друзей в школе помочь вам в борьбе с ним/ней.
3. Скажете ей/ему, что вам больно, и попросите ее/его перестать так делать.
4. Что-то еще (открытый угол)

Ваш учитель продолжает обзывать вас глупым всякий раз, когда вы даете неправильный ответ в классе, и говорит, что нет смысла даже пытаться научить вас, поскольку вы не способны к учебе. Другие дети также обзывают вас.

Как вы должны поступить?

1. Сразу же пойти к директору и рассказать ему о том, что происходит.
2. Начать пропускать уроки, поскольку вам не нравится ходить в школу.
3. Спросить у своих родителей, можете ли вы перейти в другой класс или другую школу.
4. Что-то еще (открытый угол)

Вы замечаете, что один из ваших друзей дразнит и смеется над младшими детьми в летнем лагере. Ваш друг также стал отнимать у них вещи. Как вы должны поступить?

1. Рассказать руководителям лагеря (вожатым) о там, что происходит, не поставив в известность вашего друга.
2. Помочь вашему другу отнимать вещи у младших детей, чтобы он не начал отнимать их у вас.
3. Сказать вашему другу, что то, что он делает – неправильно, и что он должен оставить младших в покое.
4. Что-то еще (открытый угол).

Группам старших детей из другой школы нравится приставать к младшим детям из вашей начальной школы. Они ждут, чтобы поймать одинокого ребенка, идущего домой или ожидающего автобус, окружают его, отбирают деньги, еду или игрушки. Они также бросают камни и угрожают.

Как вы должны поступить?

1. Быть очень осторожным и ходить в школу и из школы группой.
2. Рассказать взрослым в вашей школе о том, что происходит, и попросить помощи.
3. Носить в кармане камни для своей защиты
4. Что-то еще (открытый угол).

Новый мальчик в вашем классе – беженец. Ваши друзья все время говорят ему что-нибудь расистское, насмехаются над его русским языком и говорят ему, чтобы он возвращался к себе домой. Как вы должны поступить?

1. Присоединиться к ним, он – не ваш друг, поэтому вам не надо беспокоиться о нем.
2. Рассказать вашему учителю, что ваши друзья говорят расистские вещи.
3. Предложить дать ему уроки русского языка, когда вы не играете с друзьями, чтобы помочь ему адаптироваться.
4. Что-то еще (открытый угол)

Вы дразните одного из своих друзей, так как он плохо читает и пишет, и вы заметили, что недавно он начал сидеть один. Однажды вы заметили слезы в глазах ребенка. Как вы должны поступить?

1. Ничего. У него просто был плохой день, и это не имеет к вам никакого отношения.
2. Перестать дразнить вашего друга и спросить его, почему он плакал.
3. Скажете вашему другу, что вы больше не будете дразнить его перед всеми, но, что он действительно глупый и ему надо взять несколько дополнительных уроков.
4. Что-то еще (открытый угол)

У вас есть сводный старший брат, который вас очень любит. Он часто хочет поцеловать и обнять вас, но вы чувствуете себя неудобно. Как вы поступите?

1. Рассказать родителям.
2. Драться всякий раз, когда он делает это, бить его.
3. Избегать его и пытаться сохранять дистанцию.
4. Что-то еще (открытый угол)

*Рефлексия*

**Буллинг никогда не прекращается сам по себе**: всегда требуется защита и помощь пострадавшим, инициаторам буллинга (обидчикам) и свидетелям. *(как бы вы поступили видя, что в вашем классе происходит травля?*

**Антибулинговый договор**

1. Готовность принимать мнение другого человека, его верование.

2. Уважение чувства человеческого достоинства.

3. Уважение прав других.

4. Принятие другого таким, какой он есть.

5. Способность поставить себя на место другого.

6. Уважение права быть другим.

7. Признание многообразия людей, мнений, религий и т.д.

8. Признание равенства других.

9. Отказ от насилия и жестокости по отношению друг к другу.

Просмотр видеоролика.