

## **ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ**

### **классного часа на тему «Буллинг»**

Цель: профилактика буллинга и травли в коллективе.

Оборудование и материалы: доска или флипчарт, мел или маркеры, экземпляр коллективного договора о доброжелательном отношении со списком фамилий участников классного часа.

#### **Работа с понятиями.**

Вопрос к обучающимся: «Как вы думаете, что такое буллинг?» Ответы кратко фиксируются на доске/флипчарте.

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.

Степень насилия может быть разной. От легкой, словесной до тяжелой, с нанесением физических увечий и доведением до самоубийства.

Дети тоже могут обижать других детей, которые им не нравятся. Только эти дети не всегда понимают всю серьезность своих поступков. Они думают, что просто играют, смеются и шутят. Но это совсем не забава. А именно: когда человека намеренно доводят до слез, согласованно и систематически дразнят, когда отбирают, прячут и портят его вещи, когда толкают, щипают и бьют, когда обзывают и подчеркнута игнорируют, — это называется “травля”.

Вопрос к обучающимся: «А какие виды насилия вы знаете? Что, по-вашему, является насилием?» Ответы кратко фиксируются на доске/флипчарте.

Виды 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.

**Ведущий:** Я сейчас предлагаю вам представить ситуацию, в которой вы не приняты в коллективе, у вас нет друзей, с вами никто не общается, над вами смеются.

Ответьте, пожалуйста, на вопросы:

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

### **Оценка явления.**

Ведущий: то, что вы сейчас представили, - страшно, неприятно. Так себя чувствуют отверженные люди – им плохо, страшно. Люди могут быть очень разными они могут нравиться друг другу больше или меньше, но это не повод травить друг друга. Люди на то и люди, разумные существа, что они способны научиться быть вместе.

Даже если они очень-очень разные и кто-то кому-то кажется совсем неправильным. Но никому не позволено травить другого за то, что он отличается чем-либо от остальных. Никакие «да мы просто пошутили», или «мы так играем», или «мы его просто дразним» не оправдывают ваше поведение.

Травля – это болезнь. Бывают такие болезни, которые поражают не отдельного человека, а группы людей. Если группа людей не следит за чистотой отношений, она может заболеть - насилием. Это плохо для всех – не только для тех, кого обижают, но и для остальных.

Ведущий:

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

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

**Преследователи, 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

**Жертвой** травли можно стать независимо от внешнего вида и особенностей личности. Для этого не надо быть каким-то особо ненормальным. Бывает и такое, но может быть и другое. Ты носишь очки, ты толст или худ, плохо одет или у тебя другой цвет кожи - все может служить причиной травли. Могут быть некоторые особенности, которые приводят к тому, что человек становится жертвой: обидчивость, замкнутость, отклонения в здоровье, низкая самооценка...

### **Последствия травли опасны для всех!**

Самые тяжелые последствия 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:**

- 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.

#### **Если в коллективе началась травля:**

- немедленно обратиться за помощью к ответственному взрослому
- максимально пресекать действия зачинщиков

#### **Если вас травят в сети (кибербуллинг):**

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

Ведущий: ребята, давайте договоримся, что у нас такого не будет! Сейчас мы подпишем коллективный договор – все поставим свои подписи под обязательством относиться друг к другу уважительно, не применять никаких видов насилия и поддерживать доброжелательную атмосферу в коллективе.

Все участники подписывают заранее подготовленный коллективный договор.

Ведущий: если у вас остались вопросы, что делать с травлей и буллингом, ответы можно найти на сайте травлинет.рф

#### **Список источников:**

1. Гаджиева Айтач Фейруз Кызы СОЦИАЛЬНЫЕ ПРЕДИКТОРЫ ПОДРОСТКОВОГО БУЛЛИНГА // Материалы Всероссийской научно-практической конференции «Наука и социум». 2021. №XII. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialnye-prediktory-podrostkovogo-bullinga> (дата обращения: 09.10.2021).
2. Ерина И.А., Бузни В.А., Корж А.А. БУЛЛИНГ И ПУТИ ЕГО ПРОФИЛАКТИКИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРАКТИКЕ // МНКО. 2021. №1 (86). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/bulling-i-puti-ego-profilaktiki-v-obrazovatelnoy-praktike> (дата обращения: 09.10.2021).
3. Петрановская Л.В. «Миллион детей в России ежедневно идут в школу как на казнь», 2018 <https://paperpaper.ru/petravovskaya/> (дата обращения 01.10.2021)
4. Петрановская Л.В. Травли НЕТ. Методическое пособие для педагогов школ и школьных психологов. – БФ «Галчонок», 21 стр.
5. Петрановская, Л. В. Что делать, если... / Людмила Петрановская; худ. Андрей Селиванов. - М.: Мир энциклопедий Аванта+, Астрель, 2010. – 143 стр.