МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №3» с.п.БАКСАНЕНОК

Конспект

психологического занятия

на тему:

«Профилактика буллинга»

**Составитель:** Ахметова Милана Аслановна

педагог-психолог

**2024г.**

**Психологическое занятие на тему: «Профилактика буллинга»**

 **Цель:** профилактика буллинга в образовательной среде.

**Задачи:**

**-** актуализация и расширение знаний по теме «буллинг»;

- развитие толерантности;

- воспитание чувства эмпатии к ребенку, который подвергся буллингу;

- развитие навыков межличностного взаимодействия;

- формирование навыков ответственного и безопасного поведения.

**Целевая группа:** обучающиеся 5-6 классов.

**Оборудование и материалы:** ноутбук, проектор, карточки, листы бумаги, цветы.

**Ход занятия:**

**I. Вводная часть.**

Приветствие. Мотивация.

Определение темы. Формулирование цели и задач.

- Здравствуйте, ребята! Сегодня у нас очередное занятие по блоку «Межличностные отношения». Я хочу, чтобы тему нашего занятия вы сами определили после просмотра фрагмента кинофильма Ролана Быкова «Чучело» по одноименной повести Владимира Железникова.

*Показ фрагмента фильма «Чучело»*

- Я думаю, что эти кадры не могли оставить вас равнодушными.

**О каком явлении мы будем говорить сегодня?**

*Ответы обучающихся (травля, насилие, буллинг)*

- **(Слайд 2)** Правильно, сегодня на занятии речь пойдет о такой форме агрессии и насилия как буллинг.

**Буллинг** – это систематические акты агрессии в виде издевательств, преследования, запугивания и травли конкретного человека.

Если речь идет о травле человека в социальных сетях, то это явление называется **кибербуллинг.**

- **(Слайд 3)** И **целью** нашего занятия является профилактика этого страшного и разрушительного явления.

Основные **задачи** занятия:

**-** актуализация и расширение знаний по теме «буллинг»;

- развитие толерантности;

- воспитание чувства эмпатии к ребенку, который подвергся буллингу;

- развитие навыков межличностного взаимодействия;

- формирование навыков ответственного и безопасного поведения.

**II. Основная часть.**

1. **Почему же так важна профилактика буллинга ?**

**(Слайд 4)***Упражнение «Лист бумаги»*

- Сейчас я предлагаю вам сильно смять лист бумаги.

- А теперь попробуйте вернуть лист в первоначальное состояние.

- Получилось?

*Обучающиеся: нет.*

- Почему? Чем отличается нынешний лист от прежнего:

*Обучающиеся: лист помят, на нем заломы и т.д.*

- Аналогичное происходит с человеком, который подвергся буллингу. Ему трудно вернуться в прежнее состояние, он сломлен. А потому нельзя допускать проявлений этого негативного явления, которое калечит души людей.

1. **Обратите внимание на следующее:**

**(Слайд 5)**

- буллинг осуществляется преднамеренно, и направлен на нанесение физических и душевных страданий другому человеку.;

- буллинг подрывает у пострадавшего уверенность в себе, разрушает здоровье, самоуважение и человеческое достоинство;

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

- буллинг никогда не прекращается сам по себе: всегда требуется защита и помощь пострадавшим, инициаторам буллинга (обидчикам) и свидетелям.

**Кто является основными действующими лицами буллинга?**

***(Слайд 6)*** *Жертва и агрессор*

1. **Работа в группах.**

- Давайте попробуем составить психологический портрет агрессора - инициатора буллинга и жертвы. **(Приложение 1)**

- Разобьемся на две группы. Первая составляет портрет агрессора, вторая – жертвы. На карточках перечень качеств и характеристик, подчеркните нужное.

- Пожалуйста, представьте нам: - портрет агрессора; **(Слайд 7)** - портрет жертвы. **(Слайд 8)**

1. **Кто может помочь жертве буллинга? (Слайд 9)**

*Ответы обучающихся: учителя, психолог, одноклассники, родители.*

- Существует сайт <https://травлинет.рф/>.

- **(Слайд 10-11)** Это платформа помощи школьникам, для борьбы с травлей. Если вы стесняетесь обращаться к своим учителям, родителям, вы можете получить консультацию психолога на этом сайте.

- **(Слайд 12)** Кроме того, в школе на стендах размещен номер телефона горячей линии поддержки по вопросам травли : 88005004414

1. **Как мы можем предотвратить буллинг?**

**-** Прежде всего, добрым отношением друг к другу. И отношение должно формироваться в коллективе.

**(Слайд 13)***Упражнение «Чем мы похожи»*

Педагог - психолог находится внутри круга или полукруга. Далее приглашает в круг кого-то из детей, основываясь на сходстве по внешнему признаку. Игра продолжается, пока все участники не окажутся вместе в кругу.

- Посмотрите, несмотря на явные различия, у нас всегда есть что-то общее.

**6.** **Но даже при всех различиях мы можем взаимодействовать и находить общий язык.**

**(Слайд 14)***Упражнение «Этюды».*

 Работа в парах, не договариваясь, показать: игра в шахматы, пилка дров, перетягивание каната, игра в теннис, гребля в лодке, игра в волейбол. Но так ли плохо наличие различий между людьми? Остальные угадывают вид деятельности. **(Приложение 2)**

**Вывод:** Вы замечательно справились. Даже не разговаривая, вы смогли договориться, а другие вас понимали без слов. Значит это возможно и в реальной жизни: найти компромисс, договориться.

1. **Какие правила должны быть в нашем классе, чтобы не допустить буллинга? (Слайд 15)**

*Ответы учеников, психолог обобщает:*

- Готовность принимать мнение другого человека, его верование.

- Уважение чувства человеческого достоинства.

- Уважение прав других.

- Принятие другого таким, какой он есть.

- Способность поставить себя на место другого.

- Уважение права быть другим.

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

- Признание равенства других.

1. **Дорогие ребята, главное всегда помнить, что в каждом человеке есть свое, неповторимое, хорошее. И надо говорить людям добрые слова. (Слайд 16)**

- Давайте зарядимся позитивом и узнаем какие у вас есть замечательные стороны.

- Скажите своему соседу теплые слова.

**III. Заключительная часть. Рефлексия**

- А теперь в конце нашего занятия, я хочу узнать, что вы сегодня поняли. Сейчас возьмите, ваши телефоны и отсканируйте Qr-код с экрана, чтобы пройти небольшой тест. **(Слайд 17)**

[http://simpoll.ru/run/survey/a1b297de](https://simpoll.ru/run/survey/a1b297de) - ссылка на опрос

1. **У вас на столах цветы. (Слайд 18)**

 - Есть замечательное японское хокку:

*«О, сколько их на полях! Но каждый цветет по-своему – в этом высший подвиг цветка».*

**(Слайд 19)**

- А теперь давайте объединим ваши цветы в один букет.

- Посмотрите, какой он яркий и красивый.

- Люди как цветы. Каждый из нас уникален и неповторим. И вместе мы прекрасный букет, в котором каждый сохраняет свою индивидуальность.

**(Слайд 20)**

- Наше занятие подошло к концу. Желаю дальнейших творческих успехов! Здоровья! Радости! Спасибо за работу!

Приложение 1

**Психологический портрет агрессора**

злость

склонность к лидерству

уверенность в себе

низкая самооценка

религиозные или этнические различия

 индивидуальные отличия, внешние недостатки

низкий уровень эмпатии

социальная изоляция, отсутствие друзей

высокая самооценка

чувствительность

тревожность

агрессивность

импульсивность

физическая слабость

замкнутость

конфликтность

**Психологический портрет жертвы**

злость

склонность к лидерству

уверенность в себе

низкая самооценка

религиозные или этнические различия

 индивидуальные отличия, внешние недостатки

низкий уровень эмпатии

социальная изоляция, отсутствие друзей

высокая самооценка

чувствительность

тревожность

агрессивность

импульсивность

физическая слабость

замкнутость

конфликтность

Приложение 2

игра в шахматы

пилка дров

перетягивание каната

игра в теннис

гребля в лодке

игра в волейбол