**Квест - игра на тему: «Стоп буллинг»**

Цель: познакомить учащихся с понятием, формами и структурой буллинга; воспитывать чувство эмпатии и переживания к ребенку, который подвергается насилию; развивать умение поиска путей выхода из сложной ситуации; формировать навыки ответственного и безопасного поведения, профилактику насилия в школьной среде.

**Ход занятия:**

**Упражнение «Приветствие»**

Знакомство с участниками группы, настройка на восприятие нового материала. Психолог предлагает назвать свое имя и закончить высказывание: «Я являюсь подарком в этом мире потому что ...»

**Сообщение темы занятия, вступительное слово психолога (3 мин.)**

*Цель: сообщение темы занятия, установка на работу.*

Здравствуйте дети. Сегодня мы с вами здесь для того, чтобы обсудить важную тему - тему буллинга, насилия и жестокости среди учащихся.

Каждому из нас хотя бы раз в жизни приходилось столкнуться с насилием. Оно могло применяться против вас самих, вы могли быть свидетелем, или сами становились теми, кто оскорбляет. Мы поговорим о насилии и жестокости, направленных на одного ребенка. Это явление называют буллинг. Сегодня мы попробуем понять чувства жертвы буллинга, и поведение агрессора. И самое главное, вместе найдем пути помощи пострадавшему ребенку и попробуем обезопасить себя, чтобы не сыграть одну из ролей в буллинге.  Надеюсь, вам будет интересно и познавательно, и вы с пользой проведете время.

**Станция 1.  Мозговой штурм "Что такое буллинг" (10 мин.)**

*Цель: познакомить учащихся с понятием буллинг, социальными ролями в буллинге и стилями их поведения.*

Сегодня среди учащейся молодежи чрезвычайно обострилась проблема насилия, осуществляемого самими детьми по отношению друг к другу.

В последние годы признано распространение такого явления, как школьный буллинг. Вы спросите, что это такое: буллинг в переводе с английского - хулиганить, хамить, определяется, как ущемление, травля, дискриминация. Форма психического насилия в виде травли, бойкота, насмешек, дезинформации, порчи личных вещей, физической расправы и т.п. Это длительный процесс сознательного жестокого обращения (физического и психического) со стороны ребенка или группы детей к другому ребенка или детям. Это агрессивное и крайне неприятное поведение одного ребенка или группы детей по отношению к другому ребенку, что сопровождается постоянным физическим и психологическим давлением.

Причин буллинга - множество. А тем, кого буллят, может оказаться каждый, кто не вписался в рамки того или иного коллектива.

4 главных компонента буллинга

-     агрессивное и негативное поведение;

-     осуществляется регулярно;

-     происходит в отношениях, участники которых имеют неодинаковую власть;

-    такое поведение является преднамеренным.

Социальная структура буллинга

• преследователь (обидчик, агрессор) если это мальчики, они обычно физически сильнее других; выделяются внешностью, манерой поведения, одеждой, они часто дерзкие и агрессивные в отношении детей и взрослых: не очень хорошо учатся; имеют достаточно большой круг друзей или единомышленников и др.

• пострадавший ребенок (жертва) дети, которые не могут защитить себя, физически слабее своих сверстников; неуверенные в себе дети, замкнутые, молчаливые; дети, имеющие рыжие волосы, полные или худые, дети, которые избегают определенных мест в школе (например, на перерыве сидят в классе), дети, которые часто не имеют ни одного близкого друга, лучше общаются со взрослыми чем со сверстниками.

• наблюдатели, дети из числа обидчиков; дноклассники; случайные ученики и т.д.

Сейчас мы можем вспомнить, что возможно каждый из нас, играл какую-то свою роль в буллинге. Например, был наблюдателем, но при этом не задумывался, что является непосредственным его участником.

Последствия буллинга могут быть разнообразны. Их жертвы испытывают немало страданий. Это и снижение самооценки, плохой сон и аппетит, тревожность, мысли о самоубийстве и другие.

Итак, как видим, явление буллинга является распространенным, но в наших силах его остановить и не оставаться в стороне. Ведь следует помнить, что сегодня ты - наблюдатель, а завтра - жертва.

 Вопрос - «замечали вы проявления буллинга в школьном коллективе».

Заслушивание ответов учащихся.

**Упражнение «Миф или реальность».**

*Детям предлагается прослушать факты о насилии и обнаружить, что является правдой, а что нет:*

-  Насилие имеет и положительные стороны (НЕТ)

-  Использование нецензурных слов ребенком по отношению к другому является проявлением насилия (Да).

-  Насилие - это когда видно следы на теле жертвы (Да).

-  Бьют заслуженно (НЕТ).

-  В школе наиболее распространенное психологическое насилие, использование нецензурных слов одного ребенка по отношению к другому (да).

-  Ребенок, который страдает от насилия должен молчать об этом (НЕТ).

-  Ребята склонны к проявлениям насилия больше, чем девушки (да).

-  Насилие карается законом РФ (Да).

-  Насилие - это признак мужества ребенка в школе (НЕТ).

-  Рассказывать о том, что над вами были совершены насильственные действия - это признак слабости ребенка (НЕТ).

-  Насилие - это преступление (Да).

-  Полиция должна вмешиваться в решение проблемы насилия (Да).

-  Надо молчать, когда страдаете от насилия, буллинга (Нет)

-  Издевательства бойкот игнорирование - это насилие (да) (психологические)

-  Обидчиком, агрессором может быть только взрослый (Нет)

-  Буллинг - это длительный процесс сознательного, жестокого обращения со стороны ребенка или группы детей к другому человеку или детям (Да)

-  Ребенок который страдает от буллинга всегда в радостном настроении (Нет)

- Часто, ребенок, совершавший буллинг имеет преимущества над своей жертвой (старше, физически сильнее, у него выше авторитет в группе, классе (да)

**Станция 2. Агрессор. Упражнение «Бумажный бум»**

Упражнение позволяет выплеснуть агрессию, напряжение с помощью неагрессивных форм двигательной активности.

Участники делятся на две команды. Комната делится на 3 части, на полу прочерчиваются соответственно две линии. Одна команда оказывается на левой части комнаты, другая на правой. Участникам передаются листы газет или бумаги поровну и сминаются в мячики. Задача каждой из команд: все те мячики, которые оказались на ее территории, перебросить на территорию другой команды.

Данная игра, с одной стороны, очень безобидна и весела, но мы рекомендуем обратить внимание на то, что участники транслируют, как невербально, так и вербально, в процессе этой игры. Ведущему важно контролировать те эмоции, которые транслируют участники, таким образом, чтобы, с одной стороны, у них была возможность прожить и выплеснуть их, а с другой стороны, чтобы это проживание не стало причиной создания новой проблемной ситуации, связанной с повышением уровня небезопасности в группе.

**Станция 3. Защитник.** **Упражнение «Я смогу помочь» (10мин)**

*Цель: выработка навыков безопасного поведения в конкретной ситуации, поиск путей защиты в ситуации буллинга.*

Вы остаетесь работать в подгруппах. Каждая подгруппа получит определенную ситуацию, в которой описана ситуация, когда осуществляется насилие. Ваша задача состоит в том, чтобы помочь жертве и найти для нее пути защиты и безопасного поведения.

 Ситуация 1.

 Она как всегда сидела за партой, хотя все ее сверстники суетились и шумели во время перерыва. Светлана наблюдала ежедневно одну и ту же картину: девочки весело смеются, шутят и кокетливо посматривают на ребят. Конечно, ведь они не носят этих уродливых очков и брекетов на зубах. Из-за она терпела столько издевательств и насмешек среди одноклассников! Только дома она могла насладиться любовью и теплом, которое дарили ей ее родители.  Пустой класс. За партой одиноко сидит Светлана. К ней подходят две девушки. Это ее одноклассницы. Начинают насмехаться над девочкой: забирают очки, бросают на пол тетради и книги, топчут их. Девочка начинает плакать.

 И вдруг ... СТОП!

Ситуация 2.

 Каждое утро Максима начиналось с того, что он слышал очередную ссору отца и матери. Так произошло и в этот раз. Проспав, он быстро оделся и выбежал на улицу. Завтракать не хотелось, и ни мама, ни папа не заметят, что его уже нет. Он привык. Ведь давно его в семье не замечали.

 В школу тоже не хотелось идти. Ведь там старшие ребята снова начнут издеваться над ним: цеплять на спину обидные прозвища, давать пинки, ставить подножки. Было очень тяжело, ведь пожаловаться было некому ...

 Школа. Прозвенел звонок на перемену. С расстроенным лицом Максим вышел из класса.

 В это время к нему подошли трое старшеклассников. Начали издеваться, насмехаться. Один из них похлопал Максима по спине, прицепив листок с надписью «Ударь меня». Парень не знал об этом. Максима больно толкнули и он упал. Было очень больно. На глаза навернулись слезы.

И вдруг ... СТОП!

 Ситуация 3.

 Когда-то Саша жил в счастливой и полноценной семье. Но после развода родителей мать была постоянно занята. А он так хотел внимания и тепла. Ведь он также тяжело переживал развод родителей, хотя и не показывал этого. Из-за этого он стал плохо учиться. Часто конфликтовал с учителями и детьми.

 Этот день в школе не был исключением. После урока он подрался с одноклассником, нагрубил учительнице, которая сделала ему замечание, и как всегда пришел на уроки не подготовленным. Одноклассники Саши невзлюбили и часто смеялись и издевались над ним, не принимали в общую компанию. Но он не высказывал своей боли из-за этого. На самом деле ему было страшно ...

 Школа. Уроки давно закончились. Все разошлись. Саше не хотелось идти домой.  Саша одевает свою куртку. В это время к нему подходят двое старшеклассников, предлагают сигарету. Саша, сначала колеблется, но потом соглашается пойти с ними закурить. Уходя из гардероба, старшеклассники начинают требовать у парня деньги. Саша объясняет, что у него нет денег. Ребят это возмущает, и они начинают его бить.

 И вдруг ... СТОП!

Вопросы для обсуждения:

1. Были ли трудности при выполнении задания? Если да, то в чем именно?

2. Какие эмоции или переживания вы испытывали к детям, которые оказались в сложных ситуациях?

**Станция 4. Жертва. Упражнение «Король»**

Слово педагога-психолога: «Кто из вас когда-нибудь мечтал стать королем? Какие преимущества получает тот, кто становится королем? А какие неприятности это приносит? Вы знаете, чем добрый король отличается от злого? Я хочу предложить вам игру, в которой вы можете побыть королем. Не навсегда, конечно, а всего лишь минут на десять».

Игроки определяют короля. Остальные участники — слуги, они должны делать все, что он приказывает. Король не имеет права отдавать приказы, которые могут обидеть или оскорбить других участников. Он может приказать, например, чтобы его носили на руках, чтобы ему кланялись, чтобы подавали ему питье, чтобы слуги были у него «на посылках» и т. д. Когда время «правления» короля закончится, группа собирается в круг и обсуждает полученный в игре опыт. Это поможет каждому из тех, кто станет следующим королем, соизмерять свои желания с внутренними возможностями остальных детей и войти в историю добрым королем.

Вопросы для обсуждения:

Как ты чувствовал себя, когда был королем?

Что тебе больше всего понравилось в этой роли?

Легко ли было тебе отдавать приказы окружающим?

Что ты чувствовал, когда был слугой?

Легко ли тебе было выполнять желания короля?

Когда королем был Петя (Вася), он был для тебя добрым или злым королем?

Как далеко добрый король может заходить в своих желаниях?

**Станция 5. Решение. Упражнение «Почему так происходит" (10 мин.)**

*Цель: выяснить причины поведения участников буллинга.*

Сейчас каждый из вас выберет у меня карточку. С другой стороны, там есть изображение, карточки открываете по моей команде. Прошу объединяться в группы по рисункам, которые есть на карточках. Спасибо. А теперь, как вы думаете, что означает "стрела?" (агрессор), "глаз" (наблюдатель), "мишень" (жертва). Вы невольно получили роли. А сейчас каждая группа получит свою задачу.

 Группа "агрессоров" попытается написать причины, побуждающие обидчика себя так вести.

 Группа "жертв" попытается написать причины, почему дети становятся легкими мишенями для обидчиков.

 Группа «наблюдателей» пишет причины, почему наблюдатели часто вмешиваются в процесс буллинга.

Обсуждение.

**Рефлексия.** **Подведение итогов. (7 мин.)**

На самом деле слова, с которыми мы обращаемся друг к другу, весят очень много: добрыми, ласковыми можно поднять человеку настроение, сделать его счастливым, а злыми и жестокими - огорчить, обидеть, унизить и даже убить. Об этом нужно помнить при общении и конфликтах, чтобы не испортить отношений навсегда.