Министерство образования, науки, молодежной политики республики Коми Государственное учреждение Республики Коми «Детский дом № 2 для детей-сирот и

детей, оставшихся без попечения родителей. г. Ухты

Республиканский конкурс методических разработок

**«Здоровье. Ответственность. Выбор»**

**Номинация**

«Работа с обучающимися (воспитанниками)»

**Конспект интерактивных лекций, ролевых игр,**

**практических упражнений**

**на тему «Профилактика агрессивного поведения**

**(буллинга, кибербуллинга и жестокого обращения)**

**Автор:** воспитатель1 квалификационной категории

ГУ РК «Детский дом №2» г. Ухты

**Закирова Эльвира Кабировна**

т:89041017878; shirvani2011@yandex.ru

**Пояснительная записка.**

В современном обществе проблема насилия над детьми и подростками становится всё более актуальной. Буллинг и жестокое обращение, кибербуллинг остаются важными темами, требующими комплексного подхода для их предотвращения. Проблема травли в школе и других учебных заведениях до сих пор не имеет единого эффективного решения. В России многие педагоги либо не замечают, либо делают вид, что не замечают травлю между учениками. Это приводит к тому, что психологическая помощь не оказывается вовремя, хотя она необходима как тем, кто подвергается травле, так и тем, кто её совершает. Подростковый возраст — это период, когда происходят значительные изменения как на физиологическом, так и на психологическом уровне. Ребёнок переживает сложный процесс полового созревания и пытается найти своё место в жизни. В результате учёба в школе может отойти на второй план. Для проведения занятий с учащимися школ в возрасте 10-16 лет на тему буллинга, кибербуллинга и жестокого обращения важно учитывать их возрастные особенности и эмоциональное состояние. Занятия должны быть интерактивными, увлекательными и направленными на развитие у детей навыков противостояния агрессии и конструктивного взаимодействия.

**Буллинг** — это целенаправленная агрессия, которая может проявляться в физическом, вербальном или психологическом воздействии на жертву. Часто это происходит в образовательных учреждениях. Жестокое обращение подразумевает любые формы физического, сексуального, эмоционального или пренебрежительного отношения к ребенку, что может иметь серьёзные последствия для его здоровья и развития.

С развитием информационных технологий и увеличением времени, проводимого детьми в интернете, возникла новая форма агрессии — **кибербуллинг.** Это систематическое агрессивное поведение, направленное против одного или нескольких человек через электронные средства коммуникации (социальные сети, мессенджеры, форумы). Данное явление требует особого внимания со стороны педагогов и воспитателей, так как может нанести серьёзный вред психическому здоровью ребёнка. В эпоху, когда информация доступна в любое время и в любом месте, а технологии развиваются с невероятной скоростью, жизнь становится всё более сложной и многогранной. В этих условиях особенно важно уделять внимание своему здоровью, быть ответственным и принимать взвешенные решения.

В данной методической разработке рассматриваются методы профилактики буллинга и кибербуллинга среди детей и подростков. Описываются методы и подходы к предотвращению агрессивного поведения и созданию безопасной среды для обучающихся. Методическая разработка направлена на создание условий для эффективной работы с подростками по профилактике вышеуказанных форм насилия. Она включает интерактивные методы обучения, групповые дискуссии и практические упражнения, что поможет участникам лучше понять проблему и научиться справляться с возможными трудностями.

**Цели:**

-Формирование у воспитанников знаний о формах насилия (кибербуллинг, буллинг, жестокое обращение) и способов защиты от них, а также развитие навыков конструктивного общения и умения решать конфликты мирным путем.

-Повышение толерантности и профилактика конфликтов в межличностных отношениях учащихся.

-Осознание важности заботы о своём психологическом благополучии.

-Приобретение навыков безопасного поведения в интернете.

**Задачи:**

- Повышение осведомленности воспитанников детского дома о понятиях кибербуллинга, буллинга и жестокого обращения;

- Развитие критического мышления и способности анализировать ситуации, связанные с насилием;

- Обучение навыкам безопасного поведения в интернете и социальной среде;

- Формирование толерантности и уважения к другим людям;

- Развитие коммуникативных навыков и умений разрешения конфликтов без применения силы.

**Участники:**

Данное методическое пособие может быть использовано в работе с различными группами участников, включая обучающихся образовательных учреждений, молодёжь, участвующую в молодёжных проектах и организациях, и широкую аудиторию, интересующуюся проблемой кибербуллинга, буллинга и жестокого обращения.

**Методы и подходы:**

Для достижения поставленных целей и задач будут использованы следующие методы и подходы:

1. **Интерактивные лекции**. На начальном этапе занятия участники получат базовые знания о различных формах насилия, причинах их возникновения и последствиях. Лекции будут сопровождаться презентациями и видеоматериалами для лучшего восприятия информации.

2. **Групповые дискуссии.** После каждой лекции планируется проведение обсуждений, где участники смогут выразить свои мысли и мнения относительно услышанного материала. Дискуссии помогут развить навыки аргументации и активного слушания.

3. **Ролевые игры**. Для закрепления теоретических знаний и отработки практических навыков будут организованы ролевые игры, моделирующие различные конфликтные ситуации. Участники смогут попробовать разные роли (агрессор, жертва, свидетель), чтобы лучше понять механизмы взаимодействия в таких ситуациях.

4. **Практические упражнения**. В ходе занятий будут предложены задания, направленные на развитие навыков безопасного поведения в интернете, распознавания признаков насилия и конструктивного решения конфликтов. Например, участники создадут памятку по безопасному поведению в социальных сетях.

5. **Кинотерапия.**

**Кинотерапия** — это просмотр популярных художественных кинофильмов с последующим обсуждением в группе. Всегда увлекательный творческий процесс самопознания в комфортной атмосфере и с беседой после фильма.   
**Кинотерапия** — это творческий процесс самопознания, вслед за которым возникает возможность перехода к сознательной коррекции своих действий.

**Мозговой штурм «Что такое буллинг»**

**Цель:** ознакомить учащихся с понятием буллинга, а также с различными социальными ролями, которые могут играть его участники, и стилями поведения, которые им свойственны.

Сегодня среди детей остро стоит проблема насилия, которое они проявляют друг к другу. В последние годы это явление, известное как школьный буллинг, приобрело широкое распространение. Почему дети из детских домов чаще подвергаются буллингу?  
Дети из детских домов могут сталкиваться с дополнительными трудностями при адаптации к школьной среде. Они могут отличаться внешним видом, поведением или историей жизни, что делает их мишенью для агрессии со стороны сверстников. Также у них часто нет рядом взрослого, который мог бы защитить их или объяснить, как правильно реагировать на агрессию.  
**Как проявляется буллинг?**Буллинг может проявляться в разных формах:  
- Вербальный – оскорбления, насмешки, угрозы.  
- Физический – удары, толчки, избиения.  
- Социальный – исключение из компании, распространение слухов, игнорирование.  
 **Последствия буллинга**Для ребенка, подвергшегося буллингу, последствия могут быть очень серьезными:  
- Низкая самооценка и неуверенность в себе.  
- Проблемы с учебой и посещаемостью школы.  
- Депрессия и тревожность.  
- Суицидальные мысли и попытки.

**Что делать, чтобы предотвратить буллинг?**  
  
1. Образование и просвещение. Важно проводить беседы с детьми о том, что такое буллинг, почему он недопустим и какие последствия он может иметь. Школы должны включать эту тему в учебные программы и организовывать специальные мероприятия.  
2. Поддержка учителей и администрации. Учителя и школьная администрация должны быть готовы вмешаться в случае возникновения конфликта. Они должны знать, как распознать признаки буллинга и как правильно реагировать на него.  
3. Создание безопасной среды. Школа должна стать местом, где каждый ребенок чувствует себя в безопасности. Это включает в себя установку камер видеонаблюдения, наличие охранников и создание специальных программ поддержки для детей из детских домов.  
4. Работа с родителями. Родители также играют важную роль в борьбе с буллингом. Они должны быть информированы о проблеме и знать, как поддерживать своего ребенка в сложной ситуации.  
5. Психологическая помощь. Дети, подвергшиеся буллингу, нуждаются в профессиональной психологической помощи. Школы должны предоставлять доступ к психологам и консультантам, которые помогут ребенку справиться с эмоциональными последствиями травмы.  
6. Участие общества. Борьба с буллингом – это задача не только школ, но и всего общества. СМИ, общественные организации и волонтерские движения могут способствовать повышению осведомленности о проблеме и помогать детям, оказавшимся в трудной ситуации.

Буллинг, что в переводе с английского языка означает «хулиганить, хамить», представляет собой форму психического насилия, которая может проявляться в различных формах: травле, бойкоте, психологическом давлении, насмешках, дезинформации, порче личных вещей, физической расправе и т. д. Это длительный процесс сознательного жестокого обращения, как физического, так и психического, со стороны одного ребенка или группы детей к другому. Это агрессивное и крайне неприятное поведение, сопровождающееся постоянным физическим и психологическим давлением. Причин буллинга множество. Любой ребенок, который не вписывается в рамки определенного коллектива, может стать его жертвой.

Каждый из нас, возможно, играл какую-то свою роль в буллинге. Кто-то был наблюдателем, но не задумывался, что становится непосредственным участником этого явления. Последствия буллинга могут быть самыми разнообразными. Жертвы испытывают множество страданий: снижение самооценки, проблемы со сном и аппетитом, тревожность, употребление алкоголя, курение, мысли о самоубийстве и другие.

Таким образом, явление буллинга широко распространено, но в наших силах его остановить и не оставаться в стороне. Ведь важно помнить, что сегодня ты наблюдатель, а завтра можешь стать жертвой.

**Вопрос:** «Замечали ли вы проявления буллинга в школьном коллективе?»

*Заслушивание ответов учащихся (воспитанников)*

**Мозговой шторм «Кибербуллинг»**

В интернете существует множество способов причинить человеку боль и страдания. Например, можно написать оскорбительный комментарий под фотографией, троллить в групповом чате или на странице в социальной сети, а также опубликовать личные данные или подробности из личной жизни.

Чаще всего причиной кибербуллинга становятся внешность, сексуальная ориентация и активность в интернете. Не всегда человек может защитить себя от такого насилия, но лишь немногие пользователи готовы поддержать жертву травли в сети. Исследования показывают, что 52% респондентов никогда не заступались за кого-либо в интернете, 65% считают публичную поддержку бессмысленной, 13% боятся, что агрессия перекинется на них, а 20% чувствуют себя бессильными и не могут ничего сделать, чтобы помочь пострадавшему от кибербуллинга.

Если вы столкнулись с кибербуллингом, лучше всего обратиться к психологу для проработки проблемы. Школьники могут получить поддержку у школьного психолога. Чтобы защитить себя от агрессии, можно использовать специальные программы и приложения, которые блокируют нежелательные сообщения и комментарии. Важно освоить искусство установления личных границ и не бояться открыто выражать свои эмоции. В мире цифровых технологий существует возможность прервать взаимодействие с теми, кто вызывает у нас дискомфорт. В большинстве социальных сетей имеется функция блокировки нежелательных контактов. Достаточно заблокировать человека, который причиняет вам боль, чтобы ограничить его доступ к вам и вашим чувствам.

**Профилактики травли через:**

**Практическое упражнение 1: «Анализ ситуации 1»**

**Цель**: научить участников распознавать признаки буллинга и понимать последствия таких действий.

**Описание:**

Разделите группу на команды по 3–4 человека. Каждой команде дайте описание реальной или гипотетической ситуации, связанной с буллингом или кибербуллингом. Например:

- Ученик постоянно получает оскорбительные сообщения от одноклассника через соцсети.

- Девочка подвергается насмешкам со стороны сверстниц из-за своей внешности.

- Подросток стал свидетелем того, как группа ребят издевается над другим учеником в школе.

**Задание:**

Команды должны проанализировать ситуацию, ответив на следующие вопросы:

1. Какие признаки буллинга присутствуют в данной ситуации?

2. Каковы возможные причины поведения агрессора?

3. Какими могут быть последствия для жертвы и окружающих?

4. Как можно было бы предотвратить данную ситуацию?

*После обсуждения каждый представитель команды кратко презентует выводы перед всей группой.*

**Практическое упражнение 2: «Анализ ситуации 2»**

**Цель:** Развитие у участников способности анализировать конфликтные ситуации и находить конструктивные способы их разрешения.

**Инструкция:**

1. Ведущий предлагает группе сценарий конфликтной ситуации, связанной с буллингом или кибербуллингом. Например: «Один ученик постоянно получает оскорбительные сообщения от одноклассника через соцсети».

2. Группа делится на подгруппы по 3–5 человек. Каждая подгруппа должна обсудить ситуацию и предложить возможные варианты действий жертвы, свидетелей и агрессора.

3. После обсуждения каждая группа презентует свои предложения перед всей аудиторией.

4. Ведущий подводит итоги, обсуждая плюсы и минусы предложенных решений.

**Практическое упражнение 3: «Создание безопасного пространства»**

**Цель:** Развитие навыков создания безопасной среды в коллективе.

Описание:

Разделите группу на две части. Одна часть играет роль учителей/родителей, другая — школьников.

**Задание:**

Учителя/родители должны разработать правила и рекомендации для школы, направленные на создание атмосферы взаимного уважения и предотвращения буллинга. Школьники должны оценить эти предложения и внести свои коррективы.

*После обсуждения обе группы объединяются и совместно создают итоговый документ, содержащий основные принципы безопасного общения и поведения в школе.*

**Практическое упражнение 4: «Безопасное общение онлайн»**

**Цель:** Развитие навыков безопасного поведения в интернете и умение распознавать признаки кибербуллинга.

**Инструкция:**

1. Ведущий предлагает участникам вспомнить случаи, когда они сталкивались с негативным контентом или оскорбительными сообщениями в сети.

2. Группа делится на подгруппы по 3–5 человек. Каждая подгруппа должна составить список правил безопасного общения в интернете, включая защиту личной информации, реакцию на оскорбления и способы блокировки нежелательных контактов.

3. После обсуждения каждая группа презентует свои правила перед всей аудиторией.

4. Ведущий подводит итоги, обсуждая важность соблюдения этих правил и их влияние на безопасность в сети.

**Практическое упражнение 5: «Мир без буллинга»**

**Цель:** Развитие у детей навыка распознавания признаков буллинга и поиска конструктивных решений.

**Материалы:** Листочки бумаги, ручки, доска или флипчарт.

**Инструкция:**

1. Ведущий предлагает детям подумать о том, какой мир они хотели бы видеть вокруг себя, где нет места буллингу и жестокому обращению.

2. Дети делятся на небольшие группы по 3-5 человек. Каждая группа получает лист бумаги и ручку.

3. В течение 15 минут каждая группа рисует или пишет на бумаге, каким они видят мир без буллинга. Это может быть рисунок, коллаж, список принципов или даже рассказ.

4. После завершения работы каждая группа презентует свой результат перед остальными участниками.

5. Ведущий подводит итоги, обсуждает с детьми, какие принципы и ценности важны для построения мира без буллинга.

**Круглый стол**

**«Причины и последствия буллинга»**

**Цель:** Выявление причин возникновения буллинга и обсуждение возможных последствий для всех сторон конфликта.

**Вопросы для обсуждения:**

1. Почему люди становятся агрессорами? Какие факторы могут повлиять на их поведение?

2. Каким образом буллинг влияет на психоэмоциональное состояние жертвы?

3. Какие долгосрочные последствия могут возникнуть у жертвы и агрессора?

4. Как родители и школа могут помочь в предотвращении и решении проблем, связанных с буллингом?

*Модератор ведет дискуссию, поощряя активное участие каждого участника и поддерживая конструктивный диалог.*

**«Почему так бывает?»**

**Цель:** понять причины возникновения буллинга и обсудить возможные последствия для всех сторон конфликта.

**Вопросы для обсуждения:**

1. Почему некоторые дети становятся агрессорами? Какие факторы могут повлиять на их поведение?

2. Как буллинг влияет на психоэмоциональное состояние жертвы?

3. Какие долгосрочные последствия могут возникнуть у жертвы и агрессора?

4. Как родители и педагоги могут помочь в предотвращении и решении проблем, связанных с буллингом?

*Педагог, воспитатель организует дискуссию таким образом, чтобы каждый ребенок мог высказать свое мнение и поделиться своими наблюдениями. Важно, чтобы дети поняли, что агрессия и жестокость — это неправильные способы решения конфликтов.*

**«Жестокое обращение: причины и последствия»**

**Вопросы для обсуждения:**

1. Какие факторы способствуют возникновению жестокого обращения среди подростков?

2. Как школа может предотвратить случаи жестокого обращения?

3. Какую роль играют родители в воспитании детей и предотвращении агрессии?

4. Какие законодательные меры существуют для защиты жертв жестокого обращения?

**«Роль школы в профилактике и борьбе с буллингом»**

**Вопросы для обсуждения:**

1. Какие программы и мероприятия проводятся в школах для профилактики буллинга детей из детских домов?

2. Как школа может поддерживать пострадавших от буллинга?

3. Как взаимодействовать с представителями в вопросах предотвращения и устранения случаев буллинга?

4. Какие правовые механизмы существуют для защиты прав учащихся и привлечения виновных к ответственности?

**«Как мы можем помочь друг другу?»**

**Цель:** обсудить способы взаимопомощи и поддержки в трудных ситуациях.

**Вопросы для обсуждения:**

1. Как мы можем поддержать друг друга в случае столкновения с буллингом или кибербуллингом?

2. Какие качества необходимы, чтобы быть хорошим другом и поддержкой для других?

3. Как мы можем научить других детей противостоять агрессии и жестокому обращению?

4. Какие меры можно предпринять, чтобы создать безопасную и дружелюбную атмосферу в нашем детском доме?

**Темы дискуссий**

**«Кибербуллинг: новые угрозы и возможности борьбы»**

**Цель:** Осознание опасности кибербуллинга и поиск эффективных способов защиты.

**Темы для обсуждения:**

1. Чем отличается кибербуллинг от традиционного буллинга?

2. Какие формы кибербуллинга наиболее распространены среди подростков?

3. Как защитить себя и своих близких от кибератак?

4. Как школы и государственные органы могут бороться с кибербуллингом?

*Обсуждение должно проходить в форме диалога, где каждый участник сможет выразить свою точку зрения и поделиться личным опытом.*

**«Что такое буллинг?»**

**Вопросы для обсуждения:**

1. Как отличить шутку от буллинга?

2. Почему люди становятся агрессорами?

3. Каковы последствия буллинга для жертвы?

4. Как можно предотвратить буллинг в школе/колледже/университете?

**«Буллинг и самооценка»**

**Вопросы для обсуждения:**

1. Как буллинг влияет на самооценку жертвы?

2. Могут ли пострадавшие от буллинга восстановить уверенность в себе?

3. Как поддержка семьи и друзей помогает в восстановлении самооценки?

4. Какие стратегии можно использовать для укрепления уверенности в себе?

**«Кибербуллинг: новые угрозы»**

**Вопросы для обсуждения:**

1. Чем отличается кибербуллинг от обычного буллинга?

2. Как защитить себя от кибератак?

3. Как реагировать на оскорбления в интернете?

4. Кто несет ответственность за кибербуллинг?

**«Социальные сети и кибербуллинг»**

**Вопросы для обсуждения:**

1. Как социальные сети способствуют распространению кибербуллинга?

2. Какие меры предосторожности следует принимать при использовании социальных сетей?

3. Как реагировать на оскорбления и угрозы в интернете?

4. Как можно использовать социальные сети для борьбы с кибербуллингом?

**«Как противостоять кибербуллингу?»**

**Вопросы для обсуждения:**

1. Что такое кибербуллинг и чем он отличается от обычного буллинга?

2. Какие способы защиты от кибербуллинга существуют?

3. Как правильно реагировать на оскорбления и угрозы в интернете?

4. Как можно использовать интернет для борьбы с кибербуллингом?

**«Почему люди становятся агрессорами?»**

**Вопросы для обсуждения:**

1. Какие причины могут заставить человека стать агрессором?

2. Как агрессия связана с внутренними проблемами и неуверенностью в себе?

3. Что можно сделать, чтобы помочь агрессору изменить свое поведение?

4. Как можно предотвратить превращение человека в агрессора?

**«Как я могу помочь?»**

**Цель:** обсудить, каким образом дети могут помочь своим друзьям или знакомым, ставшим жертвами буллинга или кибербуллинга.

**Темы для обсуждения:**

1. Что делать, если твой друг стал жертвой буллинга?

2. Как правильно поддержать человека, которого обижают?

3. Как объяснить взрослым, что происходит, если ты видишь, что кого-то травят?

4. Какие есть способы защитить себя и других от кибербуллинга?

*Дети могут свободно выражать свои мысли и делиться личным опытом. Воспитатель, педагог поддерживает конструктивное обсуждение и помогает направить разговор в нужное русло.*

**Ролевые игры:**

**«Перекрёсток мнений»**

**Цель:** Осознание последствий буллинга и кибербуллинга через моделирование реальных ситуаций.

**Инструкция:**

1. Участники разбиваются на пары. Один играет жертву, другой — свидетеля или агрессора.

2. Каждый участник получает карточку с описанием своей роли и задачи. Например: жертва получает сообщение с угрозами, свидетель видит, как кто-то издевается над другим учеником, агрессор решает отправить оскорбительное сообщение.

3. Пары разыгрывают сцены, после чего происходит общее обсуждение. Участники рассказывают о своих чувствах и впечатлениях от игры.

4. Ведущий обобщает результаты, акцентируя внимание на важности поддержки жертв и ответственности свидетелей.

**«Помоги другу»**

**Цель:** Развитие навыков поддержки и помощи жертвам буллинга.

**Инструкция:**

1. Дети делятся на пары. Один из них играет роль жертвы буллинга, второй — роль друга или взрослого, который хочет помочь.

2. Ведущий дает следующее задание: представьте, что ваш друг (или подопечный) столкнулся с ситуацией буллинга. Ему угрожают или унижают в школе. Он чувствует себя подавленным и боится идти на занятия.

3. Человек, играющий роль помощника, должен попытаться успокоить жертву, выяснить подробности происходящего и предложить конкретные шаги для решения проблемы. Важно проявить эмпатию и внимание к чувствам другого человека.

4. После завершения ролевой игры дети обсуждают, насколько эффективно были предложены способы помощи, и какие еще варианты могли бы быть использованы.

**«Помощь жертве»**

**Цель:** развить у участников навыки поддержки и помощи жертвам буллинга.

Описание:

Создайте пары. Один человек будет играть роль жертвы буллинга, другой — роль друга или учителя, который хочет помочь.

**Ситуация:**

Ученику систематически угрожают и унижают в школе. Он чувствует себя подавленным и боится идти на занятия.

**Задание:**

Человек, играющий роль помощника, должен попытаться успокоить жертву, выяснить подробности происходящего и предложить конкретные шаги для решения проблемы. Важно проявить эмпатию и внимание к чувствам другого человека.

*После завершения ролевой игры обсудите, насколько эффективно были предложены способы помощи, и какие еще варианты могли бы быть использованы.*

**«Решение конфликта»**

**Цель:** Развитие навыков мирного урегулирования конфликтов и поиска компромиссных решений.

**Инструкция:**

1. Участники разбиваются на три группы: одна играет роль жертвы, вторая — агрессора, третья — посредников (например, учителя, школьного психолога).

2. Группам дается задание разыграть сцену конфликта, связанный с буллингом или кибербуллингом. Жертва описывает ситуацию, агрессор объясняет свое поведение, посредники пытаются найти мирное решение.

3. После игры проводится общее обсуждение. Участники делятся своими впечатлениями и мыслями о процессе урегулирования конфликта.

4. Ведущий обобщает результаты, подчеркивая важность умения слушать друг друга и искать компромиссы.

**«Свидетели»**

**Цель:** Развитие у детей навыков вмешательства в случае наблюдения за ситуацией буллинга.

**Инструкция:**

1. Ведущий рассказывает историю о том, как один ребенок подвергся буллингу со стороны других детей. История может быть вымышленной или основанной на реальных событиях.

2. Детям предлагается разделить на группы по 3-5 человек. Каждая группа должна выбрать одного ребенка, который будет играть роль жертвы, одного — агрессора, остальных — свидетелей.

3. Группы разыгрывают сцену, где свидетели наблюдают за ситуацией и решают, как им поступить: вмешаться, обратиться за помощью к взрослым или просто пройти мимо.

4. После игры проводится общее обсуждение. Дети делятся своими ощущениями и размышляют о том, как правильно поступать в подобных ситуациях.

5. Ведущий подчеркивает важность вмешательства и оказания помощи жертвам буллинга.

**Кинотерапия**

**Кинотерапия** помогает людям лучше понимать себя и окружающих, учит управлять своей жизнью.

**Фильмы с тематикой буллинга.**

1.Свинка

[2. Впусти меня](https://blog.okko.tv/selections/kto-budet-plakat-poslednim-filmy-pro-bulling#2)

[3. Чучело](https://blog.okko.tv/selections/kto-budet-plakat-poslednim-filmy-pro-bulling#3)

[4. Слон](https://blog.okko.tv/selections/kto-budet-plakat-poslednim-filmy-pro-bulling#4)

[5. Невидимый мир](https://blog.okko.tv/selections/kto-budet-plakat-poslednim-filmy-pro-bulling#5)

[6. Говори](https://blog.okko.tv/selections/kto-budet-plakat-poslednim-filmy-pro-bulling#6)

7.Класс

**Фильмы с тематикой «Кибербуллинг»**

1.Связи нет.

2.Кибер-террор.

3.Убрать из друзей,

4.Нерв

**Вопросы:**

1.Восприятие и внимание (поведение героев, взаимоотношения, вербальные и невербальные сигналы, выражение отношения через поведение, переживания героев)

2.Как я понимаю чувства героя, по каким признакам я распознаю то или иное переживание героя? Разделяю ли я чувства героя или нет?

3.Что я чувствую по поводу... (название того или иного эпизода)?

4.Кто мне нравится, а кто нет? С кем сравнивать себя не очень хочется?

5.Герои, которые мне нравятся (или не нравятся), они чем-то похожи на меня или нет?

6.Мои эмоции в отношении фильма, в какие моменты реальной жизни я испытывал сходные чувства?

7.Понимание поведения, рефлексия (осознание движущих сил героев)

8.Как герой понимает ситуацию в фильме, и как я понимаю ситуацию?

9.Совпадает ли восприятие героя с мнением авторов фильма, и присутствует ли в фильме четкая позиция его создателей?

10.Почему именно с этими героями я сравниваю себя?

11.Каковы побуждающие силы и ресурсы героев? Что в них такого, что и мне не помешало бы? Что мне никогда не приобрести? Могу ли я принять такое ограничение?

12.Исполнение задуманного (способ действия, окружение героев и роль окружения в достижении целей)

13.Какие приемы героев фильма меня привлекают?

14.Какие действия героев обнаруживают проблемы, присущие и мне?

15.Как герой меняет способы действия, и могу ли я измениться как он?

16.Какие проблемы моей жизни наиболее близки тематике фильма?

17.Какие приемы героя фильма доступны и мне?

18.Как герой смотрел бы на мои проблемы?

**Кейс**

**«Как я могу помочь жертве кибербуллинга, буллинга или жестокого обращения?»**  
Участники делятся на группы и разрабатывают план помощи жертве кибербуллинга, буллинга или жестокого обращения. План может включать в себя следующие шаги:  
1. **Сбор информации**.

Участники собирают информацию о ситуации, в которой оказалась жертва. 2.**Анализ ситуации.**

Участники анализируют ситуацию и определяют, какие меры можно предпринять.  
3. **Разработка плана действий.**

Участники разрабатывают план действий, который может включать в себя следующие меры:  
-*Поддержка жертвы*. Участники могут предложить жертве свою поддержку и помощь.  
-*Противодействие агрессору.*

Участники могут предложить способы, как противодействовать агрессору.  
-*Информирование окружающих.*

Участники могут рассказать окружающим о проблеме кибербуллинга, буллинга и жестокого обращения.

**Заключение**

Какова истинная ценность наших слов и наших поступков? Порой мы даже не осознаем, как те, что кажутся нам незначительными, могут стать источником боли и обиды для окружающих. Под таким грузом может сломаться каждый. Я уверен, что каждый из нас хотя бы раз в жизни причинял кому-то боль, даже не подозревая об этом. Наши слова и наши действия обладают огромной силой: добрые и ласковые способны поднять настроение и сделать человека счастливым, а злые и жестокие — огорчить, обидеть, унизить и даже убить. Об этом стоит помнить. Необходимо приложить усилия, чтобы в школе не было случаев травли. Травля совершается с молчаливого согласия большинства. Недопустимо, чтобы дети считали допустимым обижать других. Возможно, благодаря тому, что дети быстро развиваются и становятся более зрелыми, а взрослые оказывают им поддержку, мы сможем решить эту проблему.

Проведение таких мероприятий поможет детям осознать серьезность проблемы буллинга и кибербуллинга, научит их распознавать признаки агрессии и конструктивно решать конфликты. Важно помнить, что подобные занятия должны проводиться в атмосфере доверия и открытости, чтобы дети чувствовали себя комфортно и безопасно.

Литература:

1. «Буллинг в школе: «Как справиться с насилием и травлей»  
Автор: В. М. Волков.  
2. «Кибербуллинг: причины, последствия, пути решения»  
Авторы: Е. А. Козырева, Н. Ю. Шведова.  
3. «Жестокое обращение с детьми: причины, формы, профилактика»  
Автор: О. Л. Романова  
4. «Школа без насилия: программы профилактики и разрешения конфликтов»  
Авторы: Г. Б. Морозова, Е. В. Самсонова  
5.Интернет-ресурсы.

6. Портал «Травлинет.рф»

7. Бочавер А.А., Хломов К.Д. Кибербуллинг: травля в пространстве современных технологий // Психология. Журнал высшей школы экономики. - 2014. - № 3. - С. 177-191.

*Приложение 1*

**Памятка.**

**Запомните!**

**Вот несколько шагов, которые помогут ребёнку, столкнувшемуся с кибербуллингом:**

1. **Выслушайте ребёнка**

Постарайтесь создать доверительную атмосферу, чтобы ребёнок чувствовал себя комфортно, делясь своими переживаниями. Не осуждайте его и не обвиняйте в случившемся. Покажите, что вы понимаете его чувства и готовы помочь.

2. **Соберите информацию**

Узнайте как можно больше деталей о том, что произошло. Когда началось, кто причастен, какие платформы использовались, какие сообщения или комментарии были сделаны. Это поможет вам лучше понять масштаб проблемы и принять соответствующие меры.

3. **Обеспечьте безопасность**

Предложите ребёнку временно ограничить доступ к социальным сетям или другим платформам, где происходит кибербуллинг. Объясните, что это временная мера для обеспечения его безопасности и спокойствия.

4. **Сохраните доказательства**

Сделайте скриншоты сообщений, комментариев или постов, содержащих оскорбления или угрозы. Эти данные могут понадобиться для дальнейших действий, таких как обращение в школу или правоохранительные органы.

5. **Сообщите о происшествии**

Если кибербуллинг происходит в школе, немедленно обратитесь к классному руководителю, школьному психологу или директору. Они обязаны принять меры для защиты вашего ребёнка и расследования инцидента.

6. **Поддерживайте эмоциональное состояние ребёнка**

Помогите ребёнку справиться с эмоциями, вызванными кибербуллингом. Обсудите с ним, как он себя чувствует, и предложите способы расслабления и отвлечения. Возможно, стоит обратиться к психологу, если ребёнок испытывает сильное беспокойство или депрессию.

7. **Повышайте цифровую грамотность**

Объясните ребёнку, как правильно пользоваться социальными сетями и защищать свою личную информацию. Научите его блокировать пользователей, удалять нежелательный контент и настраивать приватность аккаунтов.

8. **Будьте рядом**

Поддерживайте ребёнка на каждом этапе процесса. Пусть он знает, что вы всегда готовы выслушать его и помочь. Регулярно проверяйте, как он справляется с ситуацией, и оказывайте необходимую поддержку.

*Приложение 2*

Рекомендательная литература для педагогов и воспитателей интернатных учреждений и детских домов, родителей. Эти авторы предлагают разнообразные подходы и методики, которые могут быть полезны при организации мероприятий на тему буллинга, кибербуллинга и жестокого обращения

**«Буллинг»**

1. Ирина Мальцева **«Как победить буллинг? Пособие для педагогов»**

В этой книге автор предлагает ряд практических упражнений и сценариев ролевых игр, направленных на профилактику и борьбу с буллингом в школах. Она ориентирована на работу с подростками и учитывает современные подходы к решению проблемы.

2. Татьяна Морозова **«Психологическая помощь детям, пострадавшим от буллинга»**

Татьяна Морозова предлагает методики работы с жертвами буллинга, включая ролевые игры и групповые дискуссии. Ее подход основан на психотерапевтической помощи и поддержке детей, переживших травлю.

**«Кибербуллинг»**

1. Елена Тимофеева **«Кибербезопасность: практическое руководство для школьников»**

Елена Тимофеева разработала серию интерактивных уроков и ролевых игр, посвященных вопросам кибербезопасности и борьбы с кибербуллингом. Эти занятия помогают ученикам понять, как защитить себя в интернете и правильно реагировать на агрессию онлайн.

2. Анна Васильева **«Безопасная сеть: как защититься от кибербуллинга?»**

Анна Васильева создала программу для школьников, включающую упражнения и дискуссии на тему кибербуллинга. В ее пособии много внимания уделено развитию у детей критического мышления и умений противостоять агрессии в сети.

**«Жестокое обращение»**

1. Ольга Краснова **«Профилактика жестокого обращения с детьми: методические рекомендации»**

Ольга Краснова предлагает комплекс мероприятий, направленных на предотвращение жестокого обращения с детьми. В её работе представлены сценарии ролевых игр и тематических дискуссий, которые помогают детям осознавать важность уважительного отношения друг к другу.

2. Марина Смирнова **«Защита прав ребенка: методика работы с семьей»**

Марина Смирнова разрабатывала программы для специалистов, работающих с семьями, где существует риск жестокого обращения с детьми. Её пособия содержат сценарии бесед, круглых столов и других форматов взаимодействия, помогающих выявить проблему и предложить пути её решения.

*Приложение 3*

**Электронные ресурсы по теме "Безопасный интернет"**

1.Интернет для детей http://detionline.com/ - Дети России онлайн

http://www.internet-kontrol.ru/

-

2.Сайт для умных родителей

http://www.internet-kontrol.ru/stati/bezopasnost-detey-v-

internete.html

-

3.Безопасность детей в интернете

http://www.ligainternet.ru/

-

4.Лига Безопасного Интернета

http://www.ligainternet.ru/encyclopedia-of-

5.единыйурок. рф http://xn--d1abkefqip0a2f.xn--p1ai/ - Единый

урок - календарь, методики, материалы сетевичок.рф http://xn--

b1afankxqj2c.xn--p1ai/Безопасный Интернет, интерактив цифровой квест

-

6."Основы безопасности детей и молодежи в Интернете" — интерактивный курс по Интернет-безопасности http://www.nachalka.com/bezopasnost