

**Ведущий:** Добрый день, дорогие ребята. Для начала я бы хотела обсудить с вами правила нашего занятия. Давайте будем использовать правило поднятой руки, то есть отвечать на вопросы и задавать их нужно по поднятой руке, чтобы не перебивать друг друга. Прошу вас быть взаимовежливыми и общаться на равных, а также активничать во время занятия. Сегодня темой нашего занятия будет травля. Что по-вашему обозначает слово «травля»? Хорошо, а что такое конфликт? Чтобы разобраться в этих вопросах лучше, я предлагаю посмотреть видеоролик и потом обсудить его.

#### **Просмотр видеоролика**

**Ведущий:** Кто принимает участие в травле? Какие роли вы услышали?

**Ответ:** зачинщик, последователь, жертва и наблюдатели

**Ведущий:** Чем различается травля от конфликта?

**Ответ:** травля происходит систематически и продолжительное время, неравная по силам и наносит психологический вред всем участникам травли.

**Ведущий:** Какие причины травли выделил автор ролика?

**Ответ:** смена коллектива, потребность в сплочении, неуверенность в общении, отсутствие общей цели, страх быть отвергнутым.

**Ведущий:** Какие последствия травли будут для тех, кто в ней участвует?

**Ответ:** для жертвы – депрессия, тревожность, одиночество, для агрессора – проблемы с законом, наблюдатели чувство вины и тревоги.

**Ведущий:** А сейчас я предлагаю рассмотреть какие виды травли бывают.

#### **Просмотр видеоролика**

**Ведущий:** Какие виды травли вы запомнили?

**Ответ:** вербальная (оскорбления, угрозы, обидные прозвища, неприличные жесты, унижение), социальная (исключение из группы, игнорирование, бойкот, распространение слухов), физическая (физическое насилие, повреждение предметов), кибербуллинг (запугивание через интернет).

**Ведущий:** Через что выражается кибербуллинг?

**Ответ:** шантаж, угрозы, высмеивание и публикация личной информации.

**Ведущий:** А как можно избежать кибербуллинга?

**Ответ:** не принимать заявки в друзья от незнакомых лиц, не выкладывать в социальные сети, компрометирующую информацию и фотографии, избегать сайты, записывающих личную информацию.

**Ведущий:** Существует ли юридическая ответственность за травлю? Давайте ознакомимся с этим поподробнее.

#### **Просмотр видеоролика**

**Ведущий:** Как мы видим в законодательстве существуют меры наказания для тех, кто осуществляет травлю.

Какие действия, относящиеся к травле, наказываются по закону?

**Ведущий:** Давайте рассмотрим варианты помощи при травле, которые предлагают нам в видеоролике.

Как помочь человеку, который стал жертвой травли?

**Кейс-турнир:** необходимо разделить на 5 команд. Вам будут даны ситуации, после текста вопросы – нужно ответить на вопросы.

#### **Кейс 1: Яна, 28 лет, журналистка**

Я всегда любила узнавать новое, но мне вбили в голову, что хорошая учёба – это когда одни пятёрки. Позже из-за оценок я не парилась, но я всё равно оставалась лучшей ученицей. Списывали все, кланчили дать тетрадь с дз и просили помочь на контрольных. А потом мне надоело быть терпилой и доброй душой. Я просто перестала давать тетрадки даже друзьям и тут же стала врагом. Меня обзывали, одноклассники то устраивали бойкот, то становились невероятными милашками в надежде всё-таки списать, но после неудачной попытки «помириться» становились ещё злее.

Я была старостой класса, и одноклассники считали меня крысой, стукачом. Меня избегали, игнорировали или грубо подкалывали, никто не хотел сидеть за одной партой. Я плакала каждый день и умоляла маму перевести меня в другую школу. Но очень хорошо помню семейный совет, где мне сказали, что сложившаяся ситуация – ерунда, в которой я сама виновата.

Когда начался новый учебный год, я отказалась быть старостой и специально стала хуже учиться. Одноклассники по привычке смотрели на меня косо. Дружить никто не рвался, но и задевать каждый день перестали. Потом на помощь пришло моё обострённое чувство справедливости. У нас был самый бесшабашный класс, но учителя к нам не лезли. Поэтому все проблемы решали своими силами, а именно моими силами. Сначала прямо посреди исполнения гимна отвесила пощёчину мальчику, который повадился задирать девочкам юбки и добрался до меня. Когда он не остановился, подговорила нескольких пострадавших стянуть с него штаны в профилактических целях (после этого он, кстати, стал вести себя адекватно). Потом заступилась за мальчишку, которого хотели исключить из-за драки (хотя настоящая причина была в том, что он очень шумный, плохо учится и мать у него пьёт). Нашла свидетелей, доказала, что его спровоцировали, и убедила директора в том, что ситуацию можно улучшить. Спорила с учителями об их профпригодности, когда они заставляли стоять на ногах весь урок. Нет, я не стала душой компании и не обзавелась свитой.

Надо мной всё ещё подшучивали, когда я получала хорошие оценки

### **Вопросы:**

Какие виды травли вы можете выделить исходя из текста?

Какой совет Яне дали родители? Помог ли он?

Почему Яна решила, что если специально учиться хуже, ее не будут травить?

Как вы оцениваете поступки Яны для решения проблем класса?

Каким способом Яна могла остановить травлю?

### **Кейс 2. Андрей, 37 лет, владелец сети ресторанов**

Я был очень хилым ребёнком, бледным, тощим и каким-то нескладным. Физра и гулянки с пацанами – это всё было не про меня. А ещё класса до шестого в школу ходил под чутким надзором бабушки. Представляете, какой мишенью я был для одноклассников? Я прослыл ботаником, дохляком и маменькиным сынком. Насмешками дело не ограничилось. Крутые парни играли моей сменкой в футбол, отбирали бутерброды, ставили подножки. Били пару раз, но очень осторожно, почти без следов. Уроки физкультуры были адом – и мальчики, и девочки ставили ставки: «Навернется ли Андрей?». Жаловаться было бессмысленно, а просить помощи – не у кого. Родители много работали, и когда всё же случился разговор с отцом, он сказал: «Ты ж мужик, должен сам разобраться».

В восьмом классе пришла молодая учительница математики. Она увидела всю эту ситуацию, поняла, что менять здесь что-то уже поздно, и хитростью заставила родителей перевести меня в другую школу посреди учебного года. Сказала им, что уровень школы слишком низкий для моих способностей, и через знакомых выбила мне место в гимназии. Там всё было совсем иначе. Классы хоть и делились на группки, по внешности никто не судил. В приоритете были мозги и умение общаться. Я не стал круглым парнем с кучей друзей, но отношения с другими учениками были вполне нормальные. Да и качалка сделала своё дело – я больше не отставал физически.

### **Вопросы:**

Какие виды травли вы можете выделить исходя из текста?

Что посоветовал сделать с травлей отец Андрея? Что мог сделать отец, чтобы помочь сыну избежать травли?

Что мог сделать с травлей Андрей самостоятельно?

Что сделала учительница, чтобы изменить ситуацию? Как она могла по-другому помочь ученику избежать травли?

### **Кейс 3**

Гульнара, 21 год, модель

В школе я сама была той, которая травит. Классе в седьмом незаметно для всех начали появляться группы. Разделение стало чётким: эти крутые, те отстой, те странные. Я была среди красивых и, конечно же, крутых. К старшим классам всё было, как в подростковых киношках – четыре модные девчонки, свой стол в столовой и право решать, кто чего достоин. Над неугодными мы издевались. Причём своими руками почти никогда ничего не делали – подговаривали других устраивать игнор и прятать или портить вещи, придумывали идиотские прозвища, били по самому больному. Одну девочку рассорили с парнем из другой школы, придумав историю про то, что она встречается с ним на спор. Ещё одну девочку постоянно гнобили из-за того, что она очень странная – ходила одна, всегда с блокнотом для рисунков и очень тихо разговаривала. Короче, доставалось всем – и пухленьким, и странным, и очкарикам, и тем, кто просто косо посмотрел.

В последнее школьное лето перед 11-м классом я начала общаться с другой компанией. Там очень классные, простые ребята. Музыканты, поэты, художники – творческая тусовка. Однажды они меня вытянули на крошечную выставку. Картины были почти волшебными – нереально красивые, с душой нарисованные. Я в искусстве ничего не понимаю, но никак не могла избавиться от мысли, что где-то их уже видела. Когда меня подвели познакомиться с художницей, я обалдела – это та самая девочка, которую мы травили в школе, но в тот момент она была совсем другая. В ней был какой-то мягкий свет, выглядела она совсем не так забито и странно, а говорила вполне громко. Она меня узнала, но виду не подала. Приветливо со мной поговорила, рассказала про свои картины. А я чувствовала себя так, словно упала с небес на землю.

#### **Вопросы:**

Каким участником травли выступала Гульнара?

К каким видам травли прибегала Гульнара и ее компания?

Почему художница не стала выяснять отношения с Гульнарой?

Как художница могла прекратить травлю в школе?

#### **Кейс 3**

Света, студентка 2 курса

До 8 класса я дружила со всеми, была «уважаема» в коллективе, везде участвовала, была активной. У меня была одноклассница, которая за счёт унижения других поднимала себе самооценку. Скорее всего, это случалось потому, что ничем больше она выделиться не могла. И однажды она обратила своё «внимание» на меня, начав пускать слух о том, что я «чсв». За счёт этого она смогла занять моё место в классе, забрать моих друзей, которые тоже почему-то стали подшучивать.

Это было ужасное время, потому что я не могла этим поделиться с родителями (боялась, что они будут переживать), я все держала в себе и никому не рассказывала о происходящем. И естественно это очень повлияло на мою жизнь, потому что меня предали мои друзья, которым я доверяла, из-за этого я стала больше присматриваться к людям, стала более избирательна в плане своего окружения. Я стала реже высказывать своё мнение. Даже сейчас, учась в колледже, я стараюсь не вступать в конфликты, потому что боюсь, что меня снова могут начать буллить. Если бы я могла дать себе совет в то время, я бы сказала: «не смотри на них, не ставь их мнение так высоко, оно неважно. Что они говорят-то говорят, так думают они, а ты так думать не должна. Ты должна знать себе цену уважать себя и свои решения».

#### **Вопросы:**

Как Света могла избежать травли?

Почему активная девочка Света боялась рассказать хоть кому-то о травле?

Как Света может изменить ситуацию и перестать бояться травли?

## Кейс 5

Кира, 32 года, менеджер

Наш класс делился на противоборствующие группы: «крутых» ребят, которых знала вся школа, «среднячков» и совсем забытых мальчиков и девочек. Я не принадлежала ни к одной из них, хорошо училась и давала списывать, поэтому меня не трогали. Но каждый день я видела, как издеваются над другими. Особенно над одной забитой девочкой, Аней. Когда она шла по лестнице, на нее плевали сверху. Ее постоянно обзывали, кидали в нее грязными тряпками. Я очень ее жалела, но заступиться не решалась: боялась настроить «крутых» против себя.

Сейчас мне 32. И нередко, когда при мне кого-то обижают, во мне включается защитник. Как-то на работе один большой начальник очень резко разговаривал со мной и коллегами. Пока он кричал на всех, я молчала. Но когда он стал унижать мою подругу, решив, что она «слабый элемент», я попросила его этого не делать. Результат для моей карьеры был довольно плачевный. Но по-другому я не могу. Наверное, мне подсознательно хочется наверстать упущенное, быть смелее, чем в детстве.

### **Вопросы:**

Каким участником травли была Кира?

Какой вид травли был в ситуации с Аней?

Почему ситуация Киры изменилась только с возрастом?

Что было бы, если Кира заступилась за Аню?

**Ведущий:** Давайте подведем итоги. В случае травли о ней нельзя молчать, нужно сообщать о ней родителям, педагогам и авторитетным взрослым, нужно сохранять спокойствие и найти тот круг общения, который тебя поддержит. Взрослым в свою очередь нужно выслушать ребенка, обсудить его чувство и выяснить его действия он предпринимал в попытках разрешить ситуацию, к кому обращался за помощью и поддержать, предложить варианты решения ситуации или обратиться к специалистам. Педагоги и классные руководители должны проводить разговоры с участниками травли, с родителями зачинщиков, сообщать о происшествии директору с целью принятия мер, так же можно обратиться к специалистам профилактики и медиаторам. Не забудьте сфотографировать информацию о контактах, куда нужно обращаться в случае травли. Хорошего вам дня, спасибо за внимание.