

**Предупреждение издевательств
в школе**

Методическое пособие для учителей

Москва 2004

Содержание

Введение	1
Определение и виды издевательств	3
Обидчик и жертва	4
Последствия издевательств	5
Жертва	
Обидчик	
Наблюдатель	
Признаки издевательств	6
Поведенческие признаки	
Физические признаки	
Эмоциональные признаки	
Школьные меры по преодолению издевательств	7
Введение правил	
Мотивация сообщать об издеательствах	
Поддержка жертв	
Привлечение наблюдателей	
Изменение поведения обидчиков	
Работа над «проблемными» местами и распорядком	
Дополнение устава и учебно-воспитательного плана	
Помощь детям	
Стратегический подход к преодолению издевательств	10
Принципы поведения учителя	
Наказание и его связь с издевательством	
Первый разговор с жертвой	
Беседы с обидчиками	
Заключительные беседы с обидчиками	
Работа с родителями	13
Реагирование учителя на издеательства	13
Создание положительной психологической атмосферы	14
Поддержка жертвы	15
Подготовка	
Немедленная помощь	
Долговременная помощь	
Формирование социальных навыков	
Работа учителя с обидчиком	16
Поведение сразу после инцидента	
Поведение в долговременной перспективе	
Работа учителя над собой	17
Отсутствие необходимой реакции	
Поощрение издевательств учителем	
Моделирование издевательств учителем	
Выбор жертвы учителем	

Программа *Защитим нашу школу*

17

Задачи программы

Ожидаемые результаты

Советы учителю

Планы уроков

Вводное занятие	<i>Почему мы начинаем программу?</i>	22
Урок 1	<i>Что ты думаешь об издевательствах?</i>	24
Урок 2	<i>Что такое издевательство?</i>	26
Урок 3	<i>Как влияют издевательства?</i>	30
Урок 4	<i>Почему ученики издеваются?</i>	31
Урок 5	<i>Защитись от издевательств</i>	34
Урок 6	<i>Что делать, если обзывают?</i>	38
Урок 7	<i>Как подружиться?</i>	41
Урок 8	<i>Защитим нашу школу</i>	43
Приложение 1	Опрос об издевательствах	46
Приложение 2	Текст телепередачи	50
Приложение 3	Словарь	55
Приложение 4	Советы младшим <i>Что ты можешь сделать?</i>	56

Введение

Несомненно, большинство взрослых, перебирая в памяти свои детские впечатления, вспомнят школьных задира, прозвища одноклассников, ссоры и драки, а возможно и издевательства, которым подвергались. К сожалению, даже в самых благополучных школах издевательства не редкость. Так было во времена нашего детства и примерно то же происходит в школе в наши дни...

Некоторые всерьез убеждены, что издевательства – неотъемлемое условие взросления ребенка, что они по большей части безвредны, а нередко, помогают детям стать сильнее, научиться постоять за себя. Считается, что дети должны научиться справляться с издевательствами самостоятельно. Но так ли это на самом деле?

Издевательства – проблема для многих детей. За время обучения в школе их испытывает большинство учеников. Проведенный в 1994 в Великобритании году опрос 8 тысяч школьников показал, что:

- один из пяти учащихся страдал от издевательств;
- каждый второй считал издевательства проблемой своей школы;
- один из десяти из-за издевательств «отвернулся» от школы;
- один из двадцати переносил ежедневные издевательства годами.

Так что распространенность издевательств и их влияние на детей явно недооценивается и учительский коллектив не должен проявлять благодушие, полагая, что издевательства безвредны.

Издевательства являются одним из проявлений насилия и обладают многими, сходными с другими формами насилия чертами. Нередко их называют безмолвным кошмаром. Совершаемые, как правило, на глазах свидетелей-учеников, издевательства ранят и расцветают издевательства в атмосфере секретности и страха. О них не говорят...

Не существует типичного ученика, издевающегося над другими учениками (далее обидчик), и типичного ученика, над которым издеваются (далее жертва). Важнейшая черта психологического портрета того и другого – нормальный ребенок. Издеваться могут над каждым...

Издевательства часто начинаются с таких тривиальных вещей, как дразнилки и обзывания детьми друг друга, которые, тем не менее, являются ничем иным, как злоупотреблением силой. Если их оставить без внимания, постепенно издевательства могут принять иные, менее «безобидные» формы, вплоть до жестокого обращения в семье, национальных гонений, сексуальных оскорблений и др.

Учеными доказано, что преодоление издевательств:

- снижает вероятность серьезных личностных проблем учащихся в будущем,
- улучшает дисциплину и психологический климат в школе.

С чего же следует начать преодоление издевательств в школе?

- «Традиционные» представления о безобидности издевательств должны быть отброшены;
- каждый член школьного коллектива должен знать, что издевательства в школе недопустимы;
- школа должна всерьез взяться за преодоление издевательств и заверить в этом родителей и детей;
- школа и родители должны вместе работать над преодолением издевательств;
- в школе должна быть создана атмосфера открытости.

Определение и виды издевательств

Издевательства происходят во взаимоотношениях, которым присуще злоупотребление силой (властью). Издевательства могут быть словесными, физическими, психологическими, социальными, а также принимать вид причинения материального ущерба.

- **Словесные издевательства** – клички, прозвища, обзывания, злобные или непристойные (пошлые) замечания (комментарии).
- **Физические издевательства** – нападения одного ученика на другого.
- **Психологические издевательства** – угрозы, давление, принуждение к конформному поведению: поступать или быть «как все».
- **Социальные издевательства** – с учеником не разговаривают, не дают чего-то необходимого для совместной учебной деятельности, исключают из игры, всячески изолируют.
- **Причинение материального ущерба** – кража вещей, денег, порча одежды, обуви, школьных принадлежностей ученика.

Самой распространенной формой издевательств являются обзывания. Социальные издевательства и причинение материального ущерба встречаются чаще, чем психологические и физические издевательства.

Физические издевательства отличаются от драки, которая обычно является единичным эпизодом. Цель драки – немедленное разрешение конфликта. Физические издевательства отличаются также и от шутливой борьбы или возни детей, сопровождаемой смехом, улыбками, определенными ограничениями и очередностью действий.

Издевательства сходны с травлей. Однако травля имеет отличительные черты:

- она является отражением неравенства социальных групп;
- объектом издевательств становится групповая принадлежность, человека, например: пол, национальность, инвалидность и др.;
- члены меньшинства становятся уязвимыми только вследствие принадлежности к меньшинству;
- травля не прекращается никогда.

Обидчик и жертва

Обидчик обнаруживает, что ему приятны слезы и страх других детей. Поэтому он начинает искать жертву. Критерием выбора жертвы является ее реакция на грубые игры, обзывания и дразнилки. Поэтому любая преувеличенная (или преуменьшенная) реакция на обзывания и дразнилки потенциальной жертвы – знак для обидчика, что уязвимый субъект найден. Когда жертва избрана, издевательства очень быстро становятся более серьезными, а иногда к ним подключаются другие дети.

Жертвой издевательств может стать каждый. Многие дети становятся жертвами издевательств без какой-либо определенной причины. Вероятность издевательств над некоторыми детьми сравнительно более высокая. Это уязвимые дети, другие дети, и дети, о которых говорят: они сами по себе.

Уязвимые дети – это дети, которые выглядят так, что они сами за себя не смогут постоять и поэтому воспринимаются обидчиком как «легкая добыча». Это могут быть чувствительные, спокойные или застенчивые дети.

Другие дети – это дети, отличающиеся по возрасту, полу, половой ориентации, цвету кожи, религиозной принадлежности, росту, весу, размеру, национальности, инвалидности или отсутствию какой-то способности, социально-экономическому положению, происхождению, месту проживания, акценту, внешнему виду, манере, имени и др. Над детьми могут издеваться, потому что они очень умные или, наоборот, неумные, богатые или бедные, маленькие или очень высокие, толстые или тонкие, красивые или некрасивые. Этот список бесконечен...

Сами по себе дети – если ребенок много времени проводит в одиночестве, то его шансы на то, что над ним будут издеваться, растут.

Обидчики начинают издеваться над жертвами потому что:

- не уверены в себе;
- несчастны;
- завидуют или ревнуют;
- сами были жертвами издевательств.

С помощью издевательств обидчики пытаются:

- показать свое превосходство (силу);
- сплотить вокруг себя группу;
- привлечь к себе внимание или получить какие-то материальные блага;
- разрядиться («излить свой гнев» на кого-то);

- взять реванш за свой неуспех;
- повеселиться (порадоваться чьим-то слезам), возбудиться («подстегнуть» свои эмоции).

Мальчикам чаще свойственно желание издеваться, чем девочкам. При этом мальчики могут издеваться и над мальчиками и над девочками. Искать и выбирать своих жертв по всей школе. Девочки чаще находят жертв в собственном классе. Мальчики обычно словесно или физически оскорбляют жертву, девочки предпочитают сплетни и изоляцию. Главным побудителем действий мальчиков является стремление выглядеть сильными. Девочками движет желание «сохранить» дружбу. Дети обоего пола подвергаются сходным по форме издевательствам. Однако мальчиков чаще бьют, а девочек – изолируют.

Жертвы часто не жалуются на издевательства. Причинами этого может быть:

- страх, что обидчик будет издеваться еще больше;
- нежелание прослыть ябедой, стукачом;
- нежелание расстраивать родителей;
- стыд за неумение постоять за себя;
- боязнь потерять друзей.

Последствия издевательства

Жертва

Издевательства пагубно влияют на детей. Прежде всего, жертвы чувствуют себя одинокими и несчастными. Они стыдятся самих себя и часто уверены, что у них не все в порядке. Если жертва считает, что причиной издевательства является ее успеваемость, семья или национальность, она может полностью отрицать или преуменьшать значение успеваемости, семьи или национальной принадлежности в собственной жизни. Жертвы склонны к потере уверенности в себе и могут впасть в депрессию или заболеть. Жертвы стараются излить свой гнев на окружающих, обычно родителей или младших братьев и сестер. В школе жертвы чувствуют себя в таком напряжении, что начинают прогуливать и могут даже перестать посещать школу совсем. Регулярные, но непредсказуемые угрозы чувствительному ребенку, который лишен поддержки и не может никому рассказать об издевательствах, может иметь катастрофические последствия вплоть до клинической депрессии и нарушений питания (переедание, отказ от пищи).

Обидчик

Очевидно, что и обидчики рано или поздно будут иметь неопрятности, в том числе с милицией. Безднаказанность поощряет их к новым «подвигам»: более серьезным проступкам и правонарушениям. Большинство обидчиков, даже если вначале кажется, что они нравятся одноклассникам, в конечном итоге оказывается в среде сверстников непопулярными.

Наблюдатель

Исследования показали, что в большинстве случаев сверстники являются или наблюдателями или присоединившимися к обидчикам. Поэтому жизнь школы становится травмирующей не только для жертв, но и для тех, кто наблюдает или присоединяется к обидчикам из страха самому подвергнуться издевательствам.

Признаки издевательства

Ниже приведен список признаков, которые должны встревожить учителя. Список не является исчерпывающим и многие из признаков не являются специфическими. Тем не менее, внезапное и драматическое изменение поведения ученика является важным индикатором стресса.

Поведенческие признаки

- Нежелание ходить в школу, стремление пропустить определенный день недели или урок;
- страх идти в школу или из школы;
- изменение привычной дороги в школу;
- опоздания в школу;
- стремление избежать окружающих и друзей;
- снижение успеваемости;
- забывание учебников и школьных принадлежностей;
- постоянная потеря денег;
- отказ рассказать, что происходит.

Физические признаки

- Наличие выдуманных болезней, частые жалобы на плохое самочувствие в классе;
- наличие необъяснимых ран и синяков;
- потерянные личные вещи;
- порванная одежда, испорченные школьные принадлежности.

Эмоциональные признаки

- Уход в себя, снижение (ограничение) активности;
- пугливость, раздражительность, агрессивность;
- утрата уверенности в себе;
- внезапная слезливость в классе.

Школьные меры по преодолению издевательств

Для ответа на вопрос, что может сделать школа, прежде всего, постарайтесь обсудить в коллективе следующие проблемы:

- Способствуют ли этические нормы школы равным возможностям учащихся, взаимному уважению, взаимодействию и уважению различий учащихся?
- Понимают ли в школе природу издевательств и тот вред, который они с собой несут?
- Заявляет ли школа открыто об издеательствах и намерении их прекратить?

Введение правил

- Постоянное информирование всех в школе, что издевательства недопустимы;
- выработка учениками, учителями и родителями единого понимания издевательств;
- постоянное отслеживание школьной жизни для выявления и устранения факторов, способствующих издевательствам;
- распределение властных полномочий и употребление силы в школе таким образом, что издевательства и подражание им становятся невозможными.

Мотивация сообщать об издевательствах

- Установление процедуры подачи жалобы детьми и родителями через письма, записи предложений и жалоб, встречи с сотрудниками школы;
- помощь со стороны старшеклассников, членов совета школы;
- постоянное напоминание свидетелям, что сообщать об издевательствах абсолютно необходимо;
- возможность конфиденциально поговорить с психологом, социальным педагогом и др.;
- возможность поговорить с учителем.

Поддержка жертв

- Убеждение жертв в том, что им не в чем себя винить;
- выявление уязвимых учеников;
- создание школьного кризисного центра для помощи и совета жертвам;
- помощь изолированным детям;
- объединение жертв с наиболее сильными и авторитетными детьми во время занятий и продолжение «шефства» на время перемен;
- предоставление старшим ученикам, над которыми ранее издевались, возможности защищать младших;
- отслеживание сотрудниками детей, над которыми издевались, для пресечения новых попыток;
- создание детских групп поддержки.

Привлечение наблюдателей

- Преодоление апатии наблюдающих, сообщив им, что нет невинных наблюдателей;
- правильное использование естественной симпатии, испытываемой детьми к жертвам;
- выявление и подготовка лидеров, положительно влияющих на детей.

Изменение поведения обидчиков

- Потребовать от обидчиков ответа за свои поступки;
- Разработать систему мер, побуждающих обидчиков задуматься о своем поведении, в противовес угрозам и наказаниям;
- Учить детей открыто общаться в конфликтных ситуациях;
- Отслеживать поведение на уроках.

Работа над «проблемными» местами и распорядком

- Обучение обслуживающего персонала (не учителей) для повышения их авторитета;
- определение проблемных ситуаций, например: очередь в школьном буфете в обеденный перерыв;
- усиление наблюдения за порядком;
- введение скользящих перерывов или сокращение их;
- игры с детьми во время перерывов с предоставлением им игрушек, оборудования и материалов;
- привлечение помощи родителей на время игр детей на школьном дворе.

Главная его ценность в том, что взрослые испытывают сладкое чувство мести.

Для того чтобы обидчики брали на себя ответственность за собственное поведение, нужны более изощренные меры. Если одной из причин издевательств является неспособность сопереживания другим людям, то маловероятно, что доминирование учителя над учеником с применением «превосходящих сил» будет способствовать формированию способности сопереживания. Целью любого воздействия должно быть разрешение проблемы, а не поиск виновных и исполнение наказания. Проблема должна решаться методами воспитания, а не наказания.

Первый разговор с жертвой

Важно поддержать ребенка, выслушать и убедиться, кто он: невинная жертва или не совсем. Во время первого разговора главная задача учителя – выяснить, что чувствует ребенок в отношении произошедшего. Хотя учителю важно знать, кто принимал участие в издевательствах, не нужно знать все. В большинстве случаев нет необходимости входить в мельчайшие детали.

Беседы с и обидчиками

Если учитель имеет дело с группой обидчиков, то его главная задача – поговорить с каждым в отдельности и дать почувствовать личную ответственность за происходящее. С этой целью должны обсуждаться личные сомнения каждого обидчика в правильности группового поведения и выход из создавшегося положения. Во время беседы каждый обидчик должен рассмотреть, как себя чувствует жертва, каков его личный вклад в это и как следует изменить поведение, чтобы исправить ошибку. Полезны несколько последовательных бесед по 10-20 минут с каждым членом группы, начиная с лидера. Через неделю беседы повторяются индивидуально или для всей группы с участием жертвы или без нее в зависимости от обстоятельств.

Содержание каждой беседы получение фактической информации. Вопросы задаются только о том, что ученик знает о ситуации. Ему дается понять, что он является частью ситуации. Однако версия произошедшего принимается учителем без дополнительных вопросов или выражения недоверия. Ты-высказываний и обвинений следует избегать, поскольку они только способствуют возникновению чувства вины и ничему больше. Лучше пользоваться Я-высказываниями, которые отражают чувства и предлагают изменение ситуации. Например, «Я раздражаюсь, когда я слышу, что издеваются над моими учениками. Я хочу немедленно прекратить издевательство!» вместо «Ты меня раздражаешь своим поведением!»

Как и в разговоре с жертвой, учителю нет необходимости вникать в мельчайшие детали произошедшего. Главное – это довести до сознания обидчика, как плохо чувствует себя жертва. Все попытки точно установить, что случилось, скорее всего, сильно расстроят учителя, впустую потратят его время и создадут дополнительные проблемы для жертвы. Затем, никого конкретно не обвиняя, учитель должен передать обидчикам ответственность за случившееся, спросив, что они собираются делать, чтобы исправить ситуацию. Учителю следует дать понять обидчикам, что через неделю он снова встретится с ними, для обсуждения того, как они исправили ситуацию.

Оказалось, что в подобных ситуациях большинство детей готово поговорить. Все, что учителю надо делать, это «подкреплять» их ответы и направлять дискуссию в сторону обсуждения чувств жертвы, как чего-то такого, что касается всех. Дискуссия не должна быть направлена на выяснение того, кто виноват. Она должна показать обидчикам, что учитель поддерживает жертву, а также разделить поддержку жертвы учителем с другими участниками инцидента.

Если обидчик отрицает, что группа издевалась над жертвой, сделайте несколько шагов назад и спокойно поговорите об отношениях детей в классе, чтобы затем плавно перейти к ситуации жертвы. Как только появятся первые признаки понимания обидчиком, что ситуация жертвы неприятная, это должно быть использовано учителем для формирования намерения обидчика разрешить проблему и изменить поведение. Когда учитель спрашивает о предложениях детей, он работает в партнерстве с ними и на равных условиях. Это подает пример конструктивного подхода к строительству отношений, отличного от авторитарного давления и наказаний.

Заключительные беседы с обидчиками

Обсудите любые успехи или неудачи жертвы индивидуально или в группе. Если группа настаивает на том, что виной всему поведение жертвы, подготовьте встречу жертвы и обидчиков. На этой встрече предложите каждому начать с позитивного высказывания о жертве и попросите жертву также позитивно общаться с обидчиками. Встреча эта нужна для организации общения детей, а не для осуждения обидчиков.

Когда жертва понимает, что обидчики не будут наказаны и в отместку не станут издеваться еще сильнее, ей легче рассказать об издевательствах. Успех данного метода в том, что он формирует альтернативные отношения: вместо эмоциональной, гневной реакции предлагается рефлексивный подход, который продуктивен и не раздражает окружающих. На школу давят родители, требуя, чтобы в школах прекратились издевательства. Часто это ведет к преувеличенным наказаниям, которые, в свою очередь, только усиливают проблему. Когда родителей обиженных детей спрашивают, не

возражают ли они против того, что вместо наказания к обидчикам будут применены другие меры, они обычно отвечают, что им все равно, лишь бы над их детьми больше не издевались.

Работа с родителями

Многие родители советуют своим детям давать сдачи, если над ними издеваются. Однако является ли совет «Дай сдачи!» решением проблемы? Школа должна поощрять в учениках и родителях более глубокое понимание проблемы. Важно помнить, что большинство издевательств носит словесный, а не физический характер. Родителям, прежде чем советовать ребенку дать сдачи, следует подумать:

- Может ли их ребенок дать сдачи?
- Хочет ли он дать сдачи?
- Усилят ли они таким советом стыд ребенка за то, что он не может постоять за себя сам?
- Готовы ли они мириться с насилием?
- Не поймет ли их ребенок таким образом, что надо нападать первым?
- Не попадет ли ребенок вследствие этого в сложную ситуацию?
- Будет ли ребенок в состоянии бороться против всех друзей обидчика?
- Не снимают ли они с себя ответственность и перевешивают ее на ребенка?

Родители должны знать, что школа будет работать над проблемой издевательств таким способом, что не будет необходимости давать сдачи. Родители будут реже советовать своим детям дать сдачи, если в школе будут установлены четкие процедуры для жалоб и открытого обсуждения случаев издевательств. Школа должна четко обозначить и защищать свою позицию «Нет дракам!» Это потребует серьезных намерений со стороны директора и регулярных дискуссий учителей с родителями.

Реагирование учителя на издевательства

Что может сделать учитель, если он наблюдает издеательства в своем классе? Прежде всего - правильно на них реагировать. Иногда учителя могут выстраивать преграды детскому желанию высказаться, играя следующие роли:

Безразличный
Врач
Незамечающий
Дистанцировавшийся
Следователь
Обидчик

Нечего поднимать шум
Я знаю что с тобой
Ничего особенного не вижу
Не хочу ничего слушать
Я хочу знать все
Почему это всегда тебя выбирают

Защитник	Предоставь это мне
Волшебник	Мы это все быстро разрешим
Строгий советчик	Я точно знаю, что тебе надо делать

Учителю могут оказаться полезными следующие приемы и роли активного слушателя:

Слушатель	Слушает терпеливо и с полным вниманием, поощряет продолжать, проясняет и перефразирует сказанное, размышляет вслух;
Детектив	Изучает ситуацию внимательно и с учетом чувств ребенка;
Поддерживающий	Понимает позицию ребенка, признает и позволяет ребенку выражать свои чувства;
Тренер	Проверяет, какой помощи просит ребенок, и предлагает практическую помощь.

Создание положительной психологической атмосферы

Способствуйте предоставлению детям равных возможностей, условий для взаимодействия, взаимному уважению и признанию различий

- поощряя взаимозависимость и чувство взаимного уважения;
- равномерно распределяя обязанности и ответственность;
- сводя к минимуму сравнение детей на основе их академических успехов или спортивных достижений и признавая ценность других навыков;
- используя активные формы обучения, в частности, кооперативное обучение;
- организуя обсуждение детьми качества работы, что позволяет им, работая вместе, выявлять собственные проблемы, их причины и искать решения;
- проявляя нетерпимость и пресекая в зародыше малейшие проявления издевательств;
- проявляя интерес и участие к жертвам;
- записывая происшествия, включая ответы на вопросы: кто, где, как, когда;
- заявляя во всеуслышание о том, как чувствует себя жертва.

Поддержка жертвы

Подготовка

Для поддержки жертвы учителю следует подготовиться. Подготовка включает:

- предвидение эмоциональных реакций детей: вина, стыд, гнев;

- выработку личного отношения к издевательствам, как к решаемой проблеме, на которой можно многому научиться;
- поиск спокойного места и выбор подходящего времени, чтобы дать жертве выговориться.

Немедленная помощь

- Подбодрите жертву, дайте понять, что она храбрая, поскольку ей хватило смелости рассказать об издевательствах;
- скажите, что вы жертве верите, и вам очень жаль, что «так случилось», подчеркните, что жертва не виновата;
- скажите, что вы не верите тому, что о жертве говорят;
- уверьте пострадавшего ребенка, что он не единственный над кем издеваются;
- постарайтесь выяснить факты, но избегайте прямых настойчивых вопросов, а также «пройдите по следам» жертвы, чтобы убедиться в истинности ее слов, в том, что она не выдумала издевательства;
- предоставьте жертве возможность самой предложить пути решения проблемы, обсудите злоупотребление силой обидчиком, и вместе поищите сильные стороны жертвы, которые она может задействовать для противостояния обидчику.

Долговременная помощь

- Помогите жертве научиться выражать чувство гнева;
- вместе поупражняйтесь в методах защиты, обсудив с советами детям;
- спланируйте ответ обидчику, давая положительные и реалистичные предложения.

Формирование социальных навыков

- Поощряйте новое увлечение или навык, способствующий уверенности в себе;
- предоставьте детям условия, в которых они смогут подружиться;
- объединяйте в пару жертву и крепкого или старшего по возрасту ребенка для защиты и в качестве образца для подражания, начиная с работы в классе и до момента, когда дети останутся одни на перемене.

Обычно для детей, отвергаемых группой, недостаточно одного только обучения социальным навыкам. Учителю необходимо также изменить представление о таких детях у группы. Для этого надо организовать ситуации, в которых отвергаемый ребенок смешивается с группой, предубеждения преодолеваются, а очевидная слабость сводится к минимуму. В подобных ситуациях выигрывают все ученики. Они усваивают новые

навыки и что очень важно, отвергаемый ребенок видит окружающих в ином свете.

Конечно, необходимо уверить жертву в том, что следует просить о помощи, однако параллельно следует восстановить ее уверенность в том, что она сама может справиться со многими ситуациями. Задача учителя – поддержать жертву при прохождении последовательных стадий этого процесса: отрицание проблемы, частичное признание, принятие и разрешение проблемы.

Работа учителя с обидчиком

Очень важно избежать обвинений, угроз или какой-то другой реакции учителя, которая приведет к тому, что обидчик замолчит. Задача учителя – добиться взаимодействия обидчика и не вызвать у него негодование. Для этого стройте свое поведение в соответствии со следующими советами.

Поведение сразу после инцидента

- Оставайтесь спокойным и не реагируйте преувеличенно бурно;
- поговорите об инциденте для выяснения того, что думает о нем обидчик;
- попросите обидчика описать инцидент так, как он его воспринимает;
- дайте ясно понять, что одно дело постоять за себя, что является нормальным поведением, а другое – издевательства, которые абсолютно недопустимы;
- сконцентрируйтесь на издевательствах (поведении), а не на жертве;
- дайте понять, до какой степени инцидент расстроил всех.

Поведение в долговременной перспективе

- Выясните, что обидчик делает и чего он таким поведением достигает;
- выявите причины поведения обидчика и, если возможно, работайте с ними;
- помогите обидчику встать на позицию жертвы;
- способствуйте изменениям в поведении обидчика;
- поощряйте навыки, которые помогают обидчику лучше себя чувствовать, контролируя окружающую среду: игры с компьютером, конструкторами;
- попросите обидчика взять шефство над младшим или слабым ребенком, чтобы направить его потребность доминировать в более приемлемое русло;
- объедините обидчика с положительным старшим по возрасту ребенком;
- вознаграждайте хорошие поступки по отношению к детям;
- внимательно отслеживайте поведение обидчика в классе.

Некоторые учителя устанавливают в классе ящик для жалоб. Ящик может оказаться полезным. Сначала его открывают раз в неделю и обсуждают записки, не называя имен. Если издевательства продолжаются, то с обидчиками начинают бороться публично. В качестве альтернативы может быть установлен ящик для записок о хороших поступках, куда при необходимости можно опустить и записку об издевательствах.

Работа учителя над собой

Исследования показали, что 20% издевательства происходят во время урока. Поэтому часто учителю следует пристальнее посмотреть на себя. Приводимые ниже списки были составлены из детских описаний того, как учителя невольно позволяют и даже поощряют издевательства.

Отсутствие необходимой реакции

Если учитель не реагирует на издевательства, он, тем самым, позволяет их. Отсутствие реакции выражается в следующих убеждениях и поступках учителя:

- считает, что бороться с издевательствами не его задача;
- не воспринимает издевательства всерьез;
- говорит детям: «Хватит жаловаться!», «Учись сам за себя постоять!», «Сами разбирайтесь...»;
- не верит ученикам;
- не знает, что творится в классе;
- не обращает внимания на очевидные признаки издевательства: оскорбительные записки, обидные картинки и т.п.
- игнорирует враждебные высказывания детей по отношению друг к другу.

Поощрение издевательства учителем

Часто учитель сам поощряет издевательства, если его работе и поведению свойственно:

- обвинение жертвы;
- наличие любимчиков;
- бездумное присоединение к обидным дразнилкам и прозвищам учеников;
- насмешки над учениками;
- излишнее дружелюбие и стремление быть близким с группой;
- поощрение соревнования между учениками;
- сравнение работы учеников;
- наличие фаворитов, которые «не могут делать что-то неправильно»;
- позволение ученикам сидеть в больших дружеских компаниях.

Моделирование издевательств учителем

Учитель подает плохой пример и фактически учит детей тому, как следует издеваться, если он:

- выставляет учеников глупыми или унижает их;
- стараться «заткнуть» ученика, метя в его «больное место»;
- употребляет свой сарказм, направленный на конкретных учащихся, для контроля над дисциплиной в классе;
- позволяет себе личные комментарии в адрес учеников;
- обижает застенчивых, слабых учеников, которые не могут за себя постоять;
- запугивает и несправедливо наказывает.

Выбор жертвы учителем

Учитель намеренно или невольно может «назначать» или «выбирать» ученика, над которым могут в дальнейшем издеваться одноклассники, если он:

- подчеркивает проблему (недостаток) ученика перед всем классом;
- указывает на ученика как на плохой (хороший) пример;
- подкрепляет отрицательное мнение о том, кто оказался исключенным из группы;
- не ценит менее способных учеников;
- находит козла отпущения, который всегда и во всем виноват;
- называет ученика прозвищем, которое потом использует весь класс;
- открыто недолюбливает ученика;
- помещает ученика в группу так, что тому приходится терпеть издевательства.

Программа *Защитим нашу школу*

Задачи программы

1. Сообщить учащимся, что за издевательства несут ответственность все без исключения;
2. Довести до сведения учащихся, что издевательства неприемлемы и о них следует сообщать;
3. Способствовать обсуждению учащимися и формированию взглядов на издевательства;
4. Способствовать формированию учащимися способов преодоления издевательства.

Ожидаемые результаты

1. Ученики будут иметь четкие личные взгляды на издевательства и представления о том, что такое издевательство, почему они возникают и что следует делать, чтобы их не стало;
2. Ученики будут лучше понимать, что издевательства неприемлемы;
3. Ученики будут знать, что об издевательствах следует сообщать, и им станет легче преодолевать барьеры, мешающие сообщать об издевательствах;
4. Ученики будут лучше представлять, как издевательства влияют на детей;
5. Ученики будут обладать целым арсеналом средств предотвращения и преодоления издевательства;
6. Ученики будут знать, что нет невинных наблюдателей издевательства и что прекращение издевательства – обязанность каждого;
7. Ученики будут осторожнее и внимательнее относиться друг к другу.

Советы учителю

Учитель может адаптировать программу к нуждам своего класса. Однако, при этом следует иметь в виду, что:

- для достижения минимальных видимых результатов необходимы три урока;
- концентрированная программа, осуществленная на протяжении нескольких недель, является более эффективной, чем растянутая на месяцы,
- до начала программы следует мотивировать учащихся на ее изучение и идентифицировать навыки, которые следует развить;
- необходимо подготовиться к оценке эффективности программы.

Программа должна внедряться в контексте работы всей школы в целом. Сама по себе, в изолированном виде, программа не может достичь больших результатов.

Очень важно, чтобы ученики были уверены, что они могут сообщать об издевательствах. Возможно, школе следует подготовиться, что количество таких сообщений резко возрастет, и к тому, чтобы конкретно реагировать на сообщения. В противном случае, учащиеся, подвергающиеся издевательствам, окажутся в ситуации дополнительного стресса и изоляции и убедятся, что говорить об издевательствах бессмысленно. Хотя программа может восприниматься такими детьми болезненно, было обнаружено, что они убеждаются, что школе их ситуация небезразлична и что они не одиноки.

Даже в очень благоприятной психологической атмосфере занятий по программе некоторые дети обнаруживают повышенную чувствительность, боятся показывать свои чувства и говорить о своих страхах, особенно если те, кто над ними издевается, учатся в том же классе. Работа учащихся в небольших группах поможет облегчить ситуацию. Обсуждение такой проблемы, как издевательства, может привести к тому, что станут очевидными сильные чувства учащихся. Поэтому учителю важно отслеживать реакции детей, отражающие проблемы, которые дети обычно не озвучивают.

Как детей объединять в небольшие группы – проблема, над которой учителю следует подумать. Это могут быть группы друзей, смешанные группы мальчиков и девочек. Если в классе наблюдаются издевательства по половому признаку, то следует создавать однополые группы. После окончания работы малых групп следует организовывать регулярные дискуссии и отслеживать, как «работают» новые подходы. Хотя обсуждение такой проблемы как издевательства является непростым делом, растущие взаимопонимание и уровень общения детей являются невероятными.

Проблема издевательств предоставляет великолепные возможности слияния формального расписания и воспитания детей. Вы можете посмотреть, как программа стыкуется с такими предметами, как ОБЖ или граждановедение, обсуждающими ключевые проблемы:

- получение желаемого без нанесения обид окружающим;
- права и обязанности в отношениях людей;
- отстаивание своей позиции без проявлений агрессии;
- рассказ о своих проблемах.

Те разделы расписания, которые посвящены межличностному общению, взаимоотношениям, самовыражению и построены на подходе, называемом тренинг жизненных навыков, могут содействовать успеху программы. Например, ученики 6 класса могут работать как волонтеры в вашем классе по программе.

Важно, чтобы родители детей знали об участии детей в программе. Максимальный эффект достигается, когда с родителями проводится тренинг до начала или после окончания программы с детьми. Потенциальным результатом программы может стать улучшение общения детей с родителями. Ясно, что когда родители узнают больше о программе, они будут активнее помогать детям преодолевать издевательства.

При любых изменениях программы следует, тем не менее, сохранять следующие важнейшие задания:

1. Мнения об издевательствах (урок 1, задание 1)
2. Что такое издевательство (урок 2, задание 3)
3. Почему об этом трудно сказать? (урок 4, задание 8)
4. Учить на опыте (урок 5, задание 9)
5. Расскажи об издевательствах (урок 5, задание 11)
6. Что все мы можем сделать? (урок 8, задание 18)

ПЛАНЫ УРОКОВ

Вводное занятие

Почему мы начинаем программу?

Цель

Обсудить необходимость программы предупреждения издевательств.

Вводное занятие проводится по желанию учителя и при наличии времени для проведения основных уроков. В зависимости от возраста и способностей учащихся, следует выбрать один из трех вариантов вводного урока.

Вариант 1

Задайте вопросы:

- Что такое издевательство?
- Какие издевательства могут быть в школе?*
- Почему трудно рассказать об издевательствах?*
- Почему необходимо что-то делать, чтобы прекратить издевательства в школе?
- Почему до сегодняшнего дня ничего не делалось?
- Новая ли это проблема?

Разделите класс на небольшие группы. Предложите в малых группах обсудить, почему жалко тех, над кем издеваются. По окончании обсуждения каждая группа расскажет о результатах дискуссии всему классу.

Предложите учащимся составить вопросы к интервью для взрослых. Интервью должно быть посвящено воспоминаниям взрослых о детстве и издевательствах в то время, когда они были маленькими. Попросите взять интервью у знакомых, соседей, родителей, родственников, а затем рассказать о своих находках классу.

Вариант 2

Расскажите классу о результатах опроса, посвященного издевательствам, проведенного в школе. См. Приложение 1 *Школьный опрос*.

Предложите учащимся составить вопросы к интервью для учащихся. Тема: *Издеательства на перемене*.

Предложите взять интервью у учащихся параллельного класса или младших классов и рассказать о своих находках на следующем уроке.

Вариант 3

Если вы предпочитаете чтение текста об издевательствах, то предварите его мозговым штурмом. Попросите учащихся перечислить:

- слова, связанные с издевательствами,
- поступки, связанные с издевательствами;
- чувства того, над кем издеваются;
- чувства того, кто издевается;
- чувства тех, кто наблюдает издевательства.

Предложите учащимся выслушать текст (См. Приложение 2 *Текст телевизионной передачи об издевательствах*), обращая внимание на различные виды издевательств и то, как люди на них реагируют. По окончании чтения ответьте на вопросы учеников, а также спросите их:

- Что такое издевательства?
- Чем похожи разные издевательства?
- Какие издевательства бывают чаще всего?
- Кто над кем чаще всего издевается? Почему?
- Как влияют издевательства на детей?
- Как бы вы почувствовали себя на месте персонажей текста?
- Какие издевательства труднее всего переносить?
- Чего же приобретают те, кто издевается над другими?
- Почему они издеваются?
- Почему дети, над которыми издеваются, не говорят об этом?
- Как лучше всего защищаться от издевательств?
- Что надо сделать в школе, чтобы прекратить издевательства?

Если текст слишком сложный для восприятия учащихся, отложите чтение и анализ до окончания основных уроков по программе. Чтение текста по ролям может стать хорошим заключительным аккордом программы.

* и ** Запишите все примеры и высказывания детей. Они пригодятся для создания наборов карточек, необходимых для последующих уроков.

Урок 1

Что ты думаешь об издевательствах?

Цель

Способствовать анализу учащимися своих чувств, связанных с издевательствами.

Материалы

Рабочий листок 1 *Что ты думаешь об издевательствах?*

Задание 1

Мнения

- Раздайте рабочий листок 1 *Что ты думаешь об издевательствах?*
- Предложите учащимся сначала индивидуально заполнить его, а затем обсудить с соседом результаты.
- После того, как пары завершат обсуждение, предложите им сообщить классу, в чем мнения не совпали. Так все интересные, неординарные мнения будут высказаны вслух и не останутся незамеченными.
- Многие из выявленных мнений в дальнейшем могут служить темами для классных дискуссий.
- Соберите заполненные рабочие листки, чтобы проанализировать мнения позднее.

Задание 2

Личный опыт

- Предложите учащимся написать мини-сочинение или сценарий пьесы на тему:
 - А. «Школа без хулиганов и задир»,
 - Б. «Жизнь на школьном дворе»,
 - В. «Испытание или как надо мной издевались».
- Поскольку задание носит личный характер его можно предложить выполнить дома.
- Выберите лучшие истории для того, чтобы использовать их в качестве стартовых материалов для проведения классных дискуссий.

Ниже приведены различные мнения об издевательствах. Отметь, с каким из них ты согласен/а.

- | | | |
|---|-----------------------------|------------------------------|
| Это только безобидные шутки | да ☐ | нет ☐ |
| Тот/та, над кем издеваются, сам/а виноват/а | да ☐ | нет ☐ |
| Издевательства – это проблема школы | да ☐ | нет ☐ |
| Дети вынуждены мириться с издевательствами | да ☐ | нет ☐ |
| Издевательства – это часть взросления | да ☐ | нет ☐ |
| Дети разберутся между собой сами | да ☐ | нет ☐ |
| Жертвы, в конце концов, становятся сильнее | да ☐ | нет ☐ |
| Это в основном физические воздействия | да ☐ | нет ☐ |
| Когда взрослые вмешиваются, становится еще хуже | да ☐ | нет ☐ |
| Издевательства - неизбежная часть жизни | да ☐ | нет ☐ |
| Хулиганам надо воздавать по заслугам | да ☐ | нет ☐ |
| Издевательства свойственны людям | да ☐ | нет ☐ |
| Детям нужно учиться постоять за себя | да ☐ | нет ☐ |
| Издевательства стало больше, чем было раньше | да ☐ | нет ☐ |

Урок 2

Что такое издевательство?

Цель

Выработать определение издеательства.

Материалы

Набор карточек 1 *Что такое издеательство?*
рабочий листок 2 *Что такое издеательство?*
слайд *Издеательство и травля*,
большой лист бумаги

Задание 3

Определение издеательства

- Разделите класс на группы по 5 человек и раздайте им наборы карточек *Что такое издеательство?*. Попросите группы разложить полученные карточки на три кучки:
 1. точно издеательство;
 2. может быть издеательство;
 3. точно не издеательство.
- После того, как задание выполнено, в каждой из групп ведущий ученик должен спросить оставшихся членов группы: «Каковы общие признаки карточек, лежащих в кучке *точно издеательство*»? (Нет необходимости обсуждать главные признаки каждой кучки. Достаточно обсудить главные признаки одной из них. Таким образом, группы придут к пониманию признаков издеательств. Если кто-то утверждает, что все зависит от обстоятельств, то ведущий должен уточнить, какие именно обстоятельства, придают действиям вид издеательств).
- Затем пусть все группы по очереди называют по одному признаку издеательства. Записывайте признаки на большом листе бумаги вокруг слова *издеательство*, заранее написанного в центре.
- Предложите классу назвать наиболее важные признаки (черты) издеательств записанных на листе. Они образуют список признаков издеательства для данного класса.
- Если позволит время, раздайте рабочий листок 2 *Что такое издеательство?* и попросите учащихся заполнить его. После дискуссии по результатам заполнения рабочего листка в список могут быть добавлены дополнительные признаки.
- Используя полученный список, класс может разработать перечень признаков, которыми следует пользоваться для определения серьезности издеательства.
- Предложите группам вернуться к первоначальным спискам признаков издеательства и выработать его определение. Если позволяет время, предложите учащимся проверить, насколько перечень полезен на практике: пусть оценят карточки, разложенные на группы.
- Обсудите, в чем сходны понятия *издеательство* и *травля*. Является ли, например, травля по национальному признаку издеательством или нет, и чем она отличается от издеательства. Попросите учащихся рассмотреть

травлю с точки зрения человека, представляющего меньшинство или менее влиятельную группу.

- Покажите слайд 1 *Издевательство и травля*.
- Спросите, в чем состоит разница между издевательством, борьбой и возней или грубыми шалостями. Запишите основные различия на листе, разделенном на три колонки:
 1. издевательство;
 2. борьба;
 3. возня или борьба понарошку.

1. Гоша радуется постоянному стрессу Жени: Женю все обзывают.
2. Маша и Света поссорились. Света подговорила ребят в классе не разговаривать с Машей. Маша теперь совсем одна..
3. Софья Андреевна пришла преподавать математику вместо Марии Викторовны. Ребятам не понравилось, что у них другая учительница. Они начала всем классом травить Софью Андреевну.
4. Ахмеда травят каждое утро по дороге в школу. Он не знает, как избежать травли, а из-за угроз боится сказать кому-нибудь об этом.
5. Два ученика долго обсуждали, как лучше обзывать Сережу, чтобы он ушел из их школы.
6. Марина забеспокоилась, когда ей сказали, что из-за того, что она обзывала Юлю, Юля заболела и не ходит в школу.
7. Когда Лена в плохом настроении из-за проблем у нее дома, она отпускает ядовитые замечания в адрес тех, кто попался ей под руку.

Выбери:

1. самую тяжелую, на твой взгляд, ситуацию
2. самую безобидную, на твой взгляд, ситуацию.

Обоснуй свои ответы.

Издевательство и травля

**Издевательство имеет много общего с травлей.
Однако травля обладает отличительной чертой.**

Травля отражает групповое неравенство людей.

В случае травли нападению подвергается человек, принадлежащий к группе людей, обладающих общим признаком, например: пол, национальность, инвалидность.

Члены меньшинств или групп, не располагающих властью (силой), изначально являются наиболее уязвимыми.

Травля никогда не прекращается.

Урок 3

Как влияют издевательства?

Цель

Предоставить учащимся возможность почувствовать, как ощущает себя человек, над которым издеваются.

Задание 4

В чем вред издевательств?

- Прочитайте ответы на вопросы телеведущего: *Какие бывают издевательства?* и *Как издевательства влияют на детей?* См. Приложение 2.
- Обсудите всем классом, насколько реалистичны ответы героев телевизионной передачи. Попросите учащихся привести свои примеры.
- Разделите класс на группы по три человека. Предложите двум учащимся в каждой тройке разговаривать друг с другом, а третьего игнорировать. Третьему дайте задание пытаться включиться в беседу двух учащихся.
- Предложите учащимся трижды поменяться ролями. Пусть по очереди каждый член тройки побудет в роли третьего.
- Обсудите всем классом, каково чувствовать себя отверженным.
- В тех же тройках проведите другую ролевую игру: один учащийся задает другому вопрос или просит о помощи, второй его игнорирует, а третий наблюдает.
- Пусть каждый из трех учащихся побудет в каждой из трех ролей.
- Обсудите всем классом, как чувствует себя человек в каждой из ролей.
- Предложите классу, оставаясь в тройках, нарисовать, как чувствует себя человек, которого отвергают или над которым издеваются.

Урок 4

Почему ученики издеваются?

Цель

Озвучить мнения учеников о тех, кто издевается, и о тех, над кем издеваются.

Материалы

Рабочий листок 3 *Сила и власть*, набор карточек 2 *Трудно рассказать*, чистые карточки.

- Прочитайте ответы на вопросы *Почему одни ученики издеваются над другими?* и *Почему над некоторыми детьми издеваются?* (См. Приложение 2).
- Предложите высказать свои мнения, ответы на вопросы, привести собственные объяснения.

Задание 5

Стереотипы

- Раздайте ученикам по 2-3 карточки.
- Предложите вспомнить любителей поиздеваться над окружающими, которых они знают.
- Скажите, что общим для этих людей является то, что они издеваются над другими.
- Попросите подумать, что еще общего есть у этих людей?
- Пусть ученики запишут свои предположения большими буквами по одному на карточке.
- Затем ученики прикрепят свои карточки к стене (доске).
- Повторите ту же процедуру в отношении учеников, над которыми издеваются.
- Предложите ученикам в небольших группах нарисовать стереотипные изображения и тех, кто издевается, и тех, над кем издеваются.
- Предложите вывесить рисунки на видное место.
- Спросите, являются ли изображения правдоподобными?
- Всем классом обсудите различия между лидерством и издевательством, агрессивностью и неагрессивным отстаиванием своего мнения.

Задание 6

Свободный стул

- Разделите класс на группы. Пусть каждая сядет в круг, посередине которого свободный стул.
- Предложите детям вообразить, что на свободном стуле сидит ученик, который издевается над кем-то. Скажите: «Представьте, что на стуле сидит кто-то, кого вы знаете, и кто издевается над другим учеником в вашем классе. Представьте себе этого человека как живого».
- Ответьте на вопросы:
 1. Как он/а выглядит.

2. Что он/а делает?
 3. Почему он/а это делает?
 4. Как можно помочь ему/ей изменить поведение?
 5. Знают ли о нем/ней учителя?
 6. Что учителя делают по этому поводу?
- Предложите группам задать этому «человеку» вопросы:
 1. Почему ты так себя ведешь?
 2. Чего ты этим добиваешься?
 - Выслушайте ответы на вопросы каждой из групп.

Задание 7 Сила и власть

Обсудите проблему употребления и злоупотребления силой и личной властью, используя рабочий листок 4 *Сила и власть*.

Задание 8 Почему трудно рассказать об издевательствах?

- Задайте вопрос: *Почему детям трудно сказать взрослым об издевательствах?*
- Запишите список причин, которые перечислят дети, на доске.
- Раздайте небольшим группам наборы карточек 2 *Трудно рассказать*.
- Предложите детям в группах проголосовать за пять наиболее распространенных причин молчания, а затем обосновать свой выбор перед всем классом.
- Предложите учащимся перечислить известные им способы преодоления молчания.

1. Какой властью над тобой располагают окружающие (например: родители, учителя, старшие братья и сестры, тренеры и т.п.)? Злоупотребляют ли они своей властью? Силой?

- Как?
- Зачем?
- До какой степени?

2. Какой властью располагаешь ты над окружающими (например: одноклассники, младшие братья и сестры, старые бабушка и дедушка, ребята во дворе и т.п.)? Ты когда-либо злоупотреблял/а властью? Силой?

- Как?
- Зачем?
- До какой степени?

3. Можешь ли ты противостоять другому человеку, который злоупотребляет своей властью (силой) над тобой, используя свою силу (власть)? Подумай и приведи примеры.

4. Почему люди, издевающиеся над окружающими, могут приобретать власть?

Урок 5

Защитись от издевательств

Цель

Помочь учащимся рассмотреть приемы самозащиты и выбрать подходящие.

Материалы

Рабочий листок 4 *Защити себя*, слайд 2 *Что ты можешь сделать?* и буклет *Советы младшим*.

Задание 9

Учись на собственном опыте

- Раздайте учащимся рабочий листок 4 и предложите проработать его.
- Предложите ученикам, выполняя эту работу, вспомнить что-то из своего детства, когда над ними или кем-то близким издевались. Спросите, оглядываясь назад, вели бы они себя по-другому теперь?
- Предложите учащимся в небольших группах разыграть эти ситуации (например: обидчик, жертва и наблюдатель). Сначала пусть разыграют то, что случилось, а затем попробуют иное (альтернативное) поведение.
- Обдумайте и обсудите эффективные методы защиты от издевательств. Соберите интересные находки со всех групп.

Задание 10

Прислушайся к советам

- Предложите учащимся в небольших группах рассмотреть советы, которые им могли бы дать:
 1. Родители
 2. Учителя
 3. Другие ученики
- Соберите вместе все советы.
- Раздайте ученикам буклеты. Какой совет младшим от себя они дали бы из своего опыта?
- Попросите учеников высказать пожелания школе: что может сделать школа, чтобы преодолеть издеательства?
- Обсудите распространенный совет: *дай сдачи*, попросив учеников объяснить причины, по которым школа не может дать такой совет.

Задание 11

Расскажи об издевательствах

- Напомните учащимся результаты выполнения задания 3 *Определение издеательства* и задания 8 *Почему трудно сказать об издевательствах?*
- Спросите о том, как может быть преодолен барьер молчания, и как можно рассказать об издевательствах?

- Предложите детям в небольших группах написать историю или разыграть ролевую игру, содержанием которой является ситуация, когда ребенок не получает от взрослого ответа и помощи на свои жалобы.
- Предложите группам показать свои сценки или зачитать рассказы. Рассмотрите чувства детей в подобной ситуации.
- Предложите в ролевой игре показать альтернативные пути решения проблемы.
- Предложите высказать свои мысли о том, что поможет рассказывать об издевательствах в школе.
- Покажите слайд 2 *Что ты можешь сделать?* и завершите дискуссию, обобщив ее результаты.

Учись на собственном на опыте

1. Какие способы сопротивления издевательствам ты считаешь лучшими, исходя из твоего собственного опыта?
2. Вспомни случаи из собственного прошлого, когда над тобой издевались. Оглядываясь назад, вел/а бы ты себя по-другому теперь?

Прислушайся к советам

1. Может быть, тебе советовали, как следует поступать, если кто-то над тобой издевается
 - родители
 - братья или сестры
 - друзья
 - учителя
2. Использовал/а ли ты эти советы? Все ли советы были одинаковыми? Какие советы пригодились, а какие нет?
3. Посмотри на раздел *Что ты можешь сделать?* из буклета *Советы младшим*. Что ты об этом думаешь? Какие идеи тебе понравились больше всего?

Дай сдачи

1. Что значит дать сдачи? Какие способы самозащиты, но без драки и жестокости ты знаешь?
2. Упражняйся в самозащите, опираясь на способы, показанные в ролевой игре.
3. Расскажи об издевательствах
 - Как ты определишь, что над тобой издеваются настолько серьезно, что об этом надо рассказать?
 - Как лучше всего сказать?
 - Когда лучше всего сказать?
 - Каким образом лучше всего проявить свою настойчивость?
4. Тренируй настойчивость. Поупражняйся с том, как рассказать взрослым об издевательствах. Начни с горячей линии. Поддерживай разговор со взрослым, которому неинтересно и который занят.

Что ты можешь сделать?

Не

- вини себя
- рассуждай как жертва
- подвергай себя риску
- показывай, что тебя издевательства расстраивают

Старайся

- игнорировать издевательства
- сохранять спокойствие
- быть вместе с друзьями
- выглядеть уверенным/уверенной в себе
- сам/сама контролировать ситуацию

Делай

- говори об издевательствах

Урок 6 Что делать, если обзывают?

Цель Обсудить обзывания и способы борьбы с ними.

Материалы Рабочий листок 5 *Обозвали*, слайд 3 *Обозвали*

Задание 12 Плохие и хорошие обзывания

- Попросите учеников записать одно прозвище (обзывание), которое им нравится, и другое, которое не нравится. Поместите все «хорошие» прозвища на классный плакат, а «плохие» выбросите в корзину.

Задание 13 Опрос

- Разработайте отчетную форму, используя различные виды прозвищ, которые основаны на внешности учеников. Например: вес, рост, одежда, семья, религия, речь, лицо, волосы, национальность.
- Предложите ученикам анонимно заполнить отчетную форму, опираясь на воспоминания о том, кто кого как обзывал в течение дня или недели. Сначала они должны отметить, как их обзывали, а потом, как они обзывали других.

Задание 14 Обозвали

- Покажите слайд 3, прикрыв по очереди предложения.
- Затем раздайте рабочий листок 5 и обсудите его содержание.
- Обсудите способы преодоления обзываний.
- Проведите ролевую игру, демонстрирующую различные способы преодоления обзываний.
- Перечислите наиболее интересные возможности и обсудите их потенциальные эффекты.

Подумай и ответь на вопросы:

- Обзывания - это издевательство?
- Если «да», то когда они становятся таковыми?
- Какие обзывания являются наиболее болезненными?
- Как влияет обзывания?
- Почему они так болезненны?
- Почему ученики обзывают друг друга?
- Откуда берутся прозвища (обзывания)?
- Почему некоторые из них «прилипают» к ученикам?
- Плохо ли обзывать?
- В чем разница между обзыванием и прозвищем?
- Обзывания допустимы? Если «да», то какие?
- Являются ли ученики, которые часто обзывают других, популярными?
- Нужно ли ввести правило о недопустимости обзывания в классе?

Меня можно ранить, ударив палкой или бросив в меня камнем, но, обозвав, меня не ранить...

Согласны ли вы с этой идеей? Да? Нет? Почему?

Когда я умру, то, стоя на краю мой могилы, ты пожалеешь, что обозвал/а меня!

Согласны ли вы с этой идеей? Да? Нет? Почему?

Урок 7 Как подружиться?

Цель Обсудить, как можно улучшить отношения в классе.

Материалы Рабочий листок 6 *Пусть светофор будет зеленым*

Задание 15 Правила дружбы

- Создайте список конкретных, положительных правил дружбы или правил поведения в игре, например: не критиковать без серьезной причины.
- Задайте вопросы:
 1. Как бы вы хотели, чтобы к вам относились одноклассники?
 2. Каковы обязанности учеников по отношению друг к другу?
 3. Чего вы ожидаете от школы в смысле вашей личной безопасности?
 4. Что вы можете сделать, чтобы ваши одноклассники чувствовали себя хорошо?

Задание 16 Зеленый светофор

Красный свет – Прекратить издевательства!

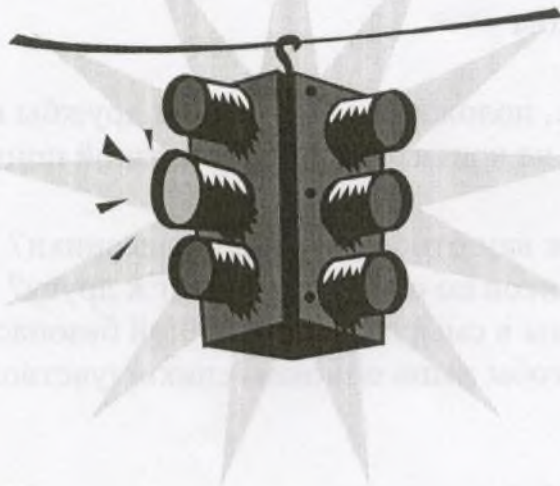
- Предложите ученикам описать тех детей, кто издевается над другими.

Желтый свет – Внимание!

- Предложите описать, как чувствуют себя те ученики, над которыми издеваются.

Зеленый свет – Правильный поступок!

- Попросите учеников перечислить способы прекращения издевательства.
- Дети могут сделать надписи на отдельных листках и прикрепить их на большой светофор.
- Индивидуальные рабочие листки также могут быть вывешены на стене.



Заполни правую часть таблицы

<i>Красный свет – Прекратить издевательства!</i>	Опиши тех, кто издевается над другими.
<i>Желтый свет – Внимание!</i>	Опиши, что чувствуют те, над кем издеваются.
<i>Зеленый свет – Правильный поступок!</i>	Напиши совет, как можно прекратить издевательства.

Урок 8 Защитим нашу школу

Цель Обсудить, что может сделать каждый, чтобы в школе не было издевательств.

Материалы Рабочий листок 7 *Пусть знают все!* и рабочий листок 8 *Как себя вести?*

Задание 17 Пусть знают все!

- Раздайте учащимся рабочий листок 7 *Пусть знают все!*
- Предложите ознакомиться с ним индивидуально.
- Затем разделите класс на небольшие группы.
- Пусть в группах учащиеся обсудят задание 17, а затем создадут плакат или рисунок, который бы довел до сведения новеньких советы по преодолению издевательств.

Задание 18 Что все мы можем сделать?

- Предложите ученикам в небольших группах создать декларацию или написать правила поведения, которые все ученики должны соблюдать, чтобы не в школе не было издевательств.
- Напомните ученикам, что издеательства редко происходят вне присутствия наблюдателей или свидетелей.
- Раздайте рабочий листок 8 *Как себя вести?* в качестве подсказки, с которой ученики могут начать создание своей декларации.
- Предложите по одному человеку от каждой группы объединиться для того, чтобы написать декларацию всего класса.

Задание 19 Кампания по прекращению издевательств

- Разделите класс на несколько небольших групп.
- Предложите следующий сценарий: *Вы члены группы, которая хочет провести в школе кампанию по прекращению издевательств. Директор школы предложил вам ясно и коротко написать, почему школе нужна кампания и что, по вашему мнению, требуется от школы.*
- Каждая группа должна составить список оснований для проведения кампании и ожидаемых положительных результатов, а также конкретный план мероприятий.
- Пусть каждая группа сначала работает самостоятельно, а затем расскажет о проделанной работе всему классу.

1. Обсудите, выберите и запишите совет новеньким, которые только что пришли учиться в вашу школу, как избежать издевательств.
2. Создайте красиво оформленный плакат, чтобы совет мог быть виден всем.
3. Придумайте девиз, которым вы озаглавите плакат.

Начиная работу над плакатом, продумайте следующее:

1. Какой это может быть совет?
2. Что, по вашему мнению, нужно делать, чтобы издевательств не было?
3. Какие мифы вы слышали, когда из начальной школы переходили в среднюю? Что надо сделать, чтобы бороться с подобными мифами?
4. Может быть, вам кто-то дал совет относительно издевательств? Оказался ли совет полезным? Бесплезным? В чем был его смысл?
5. Какой совет вам был нужен (хорошо бы вам дали тогда!) перед тем, как вы вообще только пошли в школу?
6. Каковы недостатки совета *дай сдачи*? Есть ли какие-то другие способы постоять за себя?
7. Посмотрите на буклет для учеников. Вы можете просто сделать его короче и поместить на ваш плакат
8. Как лучше всего передать вашу идею? Рисунок? Символ? Слово? Подумайте о том, как совет лучше всего донести до учеников младших классов.

Делай:

1. показывай всем своим видом, что на тебя издевательства не производят впечатления
2. избегай тех, кто издевается
3. вовлекай тех, кто издевается, в групповую работу
4. поговори с теми, кто издевается, чтобы они успокоились
5. подружись с тем, над кем издеваются
6. заступись за того, над кем издеваются
7. организуй группу поддержки для тех, над кем издеваются
8. проявляй больше интереса к тем, над кем издеваются
9. побуждай того, над кем издеваются, рассказать об этом
10. расскажи об издевательствах сам/а
11. старайся лучше понять непопулярных учеников

Не делай:

1. не присоединяйся к тем, кто издевается
2. не вставай на сторону обидчика
3. не распространяй сплетни
4. не подражай тем, кто издевается над другими
5. не подстрекай и не раздувай конфликты
6. не стой в стороне и не наблюдай
7. не обвиняй того, над кем издеваются
8. не смейся над человеком, когда над ним издеваются

Опрос об издевательствах

При проведении опроса важно, чтобы в каждом классе была указана единая цель опроса, а условия проведения опроса были идентичными во всех классах.

В каждом классе, участвующем в опросе, объясните ученикам что:

1. В школе проводится опрос с целью выяснить, что думают об издевательствах учащиеся.
2. Опрос является самым первым шагом в реализации программы по предупреждению издевательства.
3. На вопросы анкеты не существует правильных и неправильных ответов.
4. Заполняя анкету, ученик должен ставить галочку в квадратик, выбрав наиболее подходящий с его точки зрения ответ на вопрос.
5. Если ученик считает подходящими несколько ответов, он может поставить галочки в несколько квадратиков.
6. Все ответы на вопросы анкеты являются конфиденциальными, т.е. об ответах данного конкретного ученика не узнают одноклассники, родители или сотрудники школы. Поэтому свою фамилию на анкете писать не надо.

В процессе заполнения анкеты детьми, пресекайте разговоры между ними.

Очень важно, чтобы анкеты заполнялись в обстановке анонимности и приватности. Лучше всего, если во время опроса будет примерно такая атмосфера, как при сдаче государственных экзаменов.

В некоторых классах, возможно, сначала будет полезно зачитать вопросы и, таким образом, познакомить с ними учеников, а затем помочь тем из них, кто испытывает трудности.

Дайте детям понять, что если кто-то захочет поговорить с учителем или директором об издевательствах, то с ним обязательно поговорят наедине.

Наконец, подчеркните, что важно, чтобы ученики правильно указали свой возраст и пол наверху первой страницы анкеты.

Анкета

Пожалуйста, не пиши в анкете свое имя! Отвечая на вопрос, ставь галочку в квадратик рядом с подходящим ответом. Вот так ☒

Я – мальчик ☐

Я – девочка ☐

Я учусь в 4 классе ☐

5 классе ☐

6 классе ☐

7 классе ☐

8 классе ☐

9 классе ☐

10 классе ☐

11 классе ☐

Что-то из перечисленного случилось с тобой или расстроило тебя в этом году?

Меня обзывали, дразнили обидными прозвищами ☐

Меня принуждали делать вместе с другими что-то, чего я не хотел/а ☐

Меня били (ударили, толкали, щипали, дергали за волосы) ☐

Мне угрожали ☐

Мне не давали что-то, что мне было надо ☐

Мои вещи портили (рвали, пачкали) ☐

Где это чаще всего происходило?

В классе ☐

В коридоре ☐

На школьном дворе ☐

По дороге в школу или из школы ☐

Часто ли над тобой издевались?

Никогда ☐

Один или два раза ☐

Часто ☐

Каждый день ☐

Долго ли продолжались издевательства?

День/дни ☐

Месяцы/недели ☐

Годы ☐

Как это обычно происходило?

На глазах у других учеников ☐

Когда рядом никого не было ☐

Кто над тобой обычно издевался?

Мальчик/мальчики ☐ девочка/девочки ☐

Моложе тебя ☐ старше тебя ☐ ровесники ☐

Те же самые ☐ другие ☐

Один/одна ☐ группа ☐

Что ты чувствовал/а?

Меня это не трогало ☐

Я расстраивался/расстраивалась ☐

Я пугался/пугалась ☐

Мне из-за этого не хотелось идти в школу ☐

Как это влияло на твою учебу?

Это не влияло на учебу ☐

Это влияло на учебу, но не сильно ☐

Это сильно влияло на учебу ☐

Ты кому-нибудь в школе говорил/говорила об этом?

да ☐ нет ☐

Ты дома кому-нибудь рассказывал/рассказывала?

да ☐ нет ☐

Для тебя лично издевательства в школе – это проблема?

да ☐ нет ☐

Для других учеников издевательства – это проблема?

да ☐ нет ☐

Все ли делается в школе, чтобы издевательств не было?

да ☐ нет ☐

Ты беспокоишься о том, что может случиться во время перемены?

Немного ☐

Очень сильно ☐

Не беспокоюсь ☐

Чего ты боишься во время перемен?

Что бы ты хотел/хотела изменить во время перемен?

Что должна делать школа, чтобы издевательств не стало?

Текст телепередачи

В зале собрались дети и их родители, а также учителя. Ведущий задает залу вопросы об издевательствах в школе, а участники программы по желанию отвечают на них.

Ведущий Представьте себе, что сегодня 1-ое сентября, и много детей в первый раз идет в школу. Родители первоклассников, к вам первый вопрос. Беспокоитесь ли вы, как у ваших детей пойдут дела в школе?

Отец Светы Конечно. Я думаю, что беспокоятся все родители. Говорят, что в школах одни дети издеваются над другими, оскорбляют их. Ясное дело, я беспокоюсь за свою первоклассницу.

Мать Андрея Меня это пугает. Конечно, мой мальчик крупный для своего возраста. Но если даже маленький мальчик начнет его толкать и обзывать, мой сын растеряется и испугается. Я надеюсь, что со временем он научится справляться с такими ситуациями.

Бабушка Тани Я сомневаюсь, что дети в школе на самом деле издеваются друг над другом. Когда я училась в школе, этого не было. Правда, теперь говорят, это случается сплошь и рядом.

Ведущий Что же такое издевательство?

Сережа Я думаю, что издевательство – это когда пользуются тем, что кто-то слабый или чем-то отличается от всех. Издевательство – это когда они кого-то сильно не любят просто потому, что он не такой как они.

Вера Издевательство – это когда тебя пытаются, стараются унижить, дать понять, что ты их ниже.

Саша Издевательство – это просто, когда один человек показывает другому свою силу.

Ведущий Какие бывают издевательства?

Лена Издевательства надо мной продолжались так долго и были такими ужасными, что я не в состоянии была с ними справиться. Это ужасно, когда в школьной столовой тебя обзывают неприличными прозвищами и все, кто ест, оборачивается, чтобы посмотреть, кого обзывают. Если бы у меня не было поддержки друзей, я бы просто погибла.

Настя Когда сидишь в классе, то со всех сторон слышатся «комментарии». А когда выходишь во двор школы, где нет учительницы, которая не разрешает обзываться, то все ругаются и обзывают друг друга, кто-то кого-то бьет. Это не было со мной. Но издевательства происходят постоянно, они не случайные и не исключение из правила, они скорее правило.

Саша Издевательства начались так давно, как только я себя помню. Всегда был кто-то, кто тебя толкает или обзывает. Хотя в моем случае это не был кто-то один, это были всегда разные ребята.

Таня Это все началось, когда умер мой папа. Мне говорили, что я уродина, что у меня нет отца, спрашивали у меня: «Как себя

чувствует твой папа?» или «Как здоровье твоего папы?» Это были просто маленькие, глупые сосунки, злобствовавшие за углом, но из-за них я чувствовала себя еще хуже. Я только что потеряла отца, а они над этим насмехались. Я решила их убить. Но мне сказали, что если я сделаю это, то я буду еще хуже, чем они. Тогда я порезала себя запястья. Я была так истерзана окружающими, что мои физические страдания ничего для меня не значили.

Ахмед

Те издевательства, которым я подвергался, были национальными или, точнее, у нее были национальные причины. Они ругали и обзывали меня из-за моей национальности. Когда их было много, а я один, то это на меня очень сильно действовало.

Ведущий

В каком возрасте дети начинают издеваться друг над другом?

Оля

Я думаю, что издевательства начинаются тогда, когда ребенок учится ходить или даже раньше.

Мама Кати

Я в моей собственной семье наблюдала ревность одного ребенка к другому. Поэтому я считаю, что издевательства могут начаться очень рано.

Ведущий

Как издевательства влияют на детей, каковы их признаки?

Сережа

Всевозможные раны. Я пришел домой с подбитым глазом, а маме сказал, что врезался в дверь. Она, конечно, мне не верила ни в этом, ни в других подобных случаях.

Я шел в свою комнату, сидел там один, не общаясь ни с кем, не участвуя в жизни, которая кипела где-то рядом. Я чувствовал себя совершенно потерянным, и непонятно почему не знал, к кому повернуться лицом...

Оля

Ты можешь целую жизнь прожить, но всегда будешь об этом помнить. Издевательства могут подорвать твоё чувство уверенности в себе на всю оставшуюся жизнь. Уверенность в себе важна, без нее трудно найти свое место в жизни. Кроме того, ты остаешься уязвимым для издевательств на протяжении всей жизни.

Отец Саши

Я думаю, что в результате издевательств мой сын как бы отсутствовал, ушел в себя. Он все держал в себе долгое время. Он спокойный и не дает выходу злости. Мне страшно, потому что когда-нибудь он кого-нибудь может серьезно ранить.

Не думаю, что он меня станет слушать. Дети не очень-то прислушиваются к отцам. Он старается справиться с издевательствами в одиночку и сам себя стыдится, т.к. не справляется. Он скрывает свои чувства, и я не могу быть настолько близким с сыном, насколько мне хотелось бы...

Мать Сережи

Мой сын стал каким-то другим, как-то весь в себе. О школе не говорит вообще. Он и чисто внешне изменился. Стал сутулым. Утром у него всегда что-то болит, он чувствует себя нездоровым и не хочет идти в школу. И когда он приходит из школы, у него всегда плохое настроение. Это в полном смысле слова видимые изменения: он выглядит несчастным.

Ведущий

Почему одни ученики издеваются над другими?

- Лена Я думаю, большинство мальчиков издеваются над другими, чтобы показать себя, они так стараются утвердиться в собственных глазах. А девочки ревнуют одна к другой.
- Ведущий Почему над некоторыми детьми издеваются?
- Валера В школе всегда есть два сорта людей: сильные и слабые. Я – сильный и устанавливаю свое кулачное право.
- Отец Олега Я думаю, что главным образом потому, что он за себя постоять не может. Я не думаю, что тут все решает настоящая борьба. Просто, когда дети видят какого-то спокойного ребенка, они стараются взять над ним верх.
- Катя У нас в школе один мальчик стал издеваться над другими. Мы с ним с одного двора. Там у нас были простые нравы. Я не стала, как он ругаться, обзывать и ввязываться в драки, и он обозвал меня воображалой.
- Андрей Люди всегда ищут повод, чтобы поиздеваться над тобой. Если они такие, то только и смотрят, как бы поиздеваться, им любой повод годится. Это может быть твоя полнота или твой цвет волос. Они могут прицепиться к чему угодно, чтобы поиздеваться.
- Ведущий Может ли школа усилить издевательства?
- Учитель От ученика требуется, чтобы он сидел спокойно и внимательно слушал учителя. Я не знаю, кто ты и откуда, но в школе ты должен вести себя определенным образом. Все ученики для учителя равны и один ничем не лучше другого.
- Вера Я помню, как-то на уроке нас попросили заполнить таблицу. В ней мы должны были написать, что нам нравится, и что не нравится, что мы больше всего ненавидим, и что хотим из нашей жизни исключить. Все девочки написали имя Кати Ивановой. Все наши таблицы были обобщены в одну большую на доске, и учительница не убрала оттуда Катино имя. Мне казалось, что это очень обидно. Я на всю жизнь это заполнила.
- Мать Андрея Я думаю, что в школе меня воспринимали как невротичную мамашу, потому что я постоянно была там. Но я не могу понять до сих пор, почему учителя не видели издевательств как я. Но были моменты, когда они явно видели издевательства. Мне кажется, что они считали, что это просто естественное поведение мальчиков.
- Мать Сережи По-моему, самое ужасное, что случается в школе, это линейка в начале каждого учебного дня. В некоторых школах родители приводят своих детей прямо в класс. Они могут посмотреть тетради своих детей и поговорить немного с учителем.
- Ведущий Почему об издевательствах стараются промолчать?
- Отец Наташи Боятся. Боятся, что родители на них разозлятся. Им и так плохо. Родители начнут их еще больше стыдить. Некоторым родителям трудно удержаться от критики детей.

- Наташа Если рассказать, то издевательства усилятся. Они скажут, ты на нас донесла, так мы тебе покажем, как доносить. Издевательства — это порочный круг, его никак не разорвать.
- Света Я помню, я пришла домой с синяками на лице. Я сказала маме, что случайно врезалась в столб. Я не хотела, чтобы мама волновалась.
- Лена Признаться, что тебе нужна помощь, что ты хочешь прекратить издевательства над тобой не то, чтобы трудно, надо еще самой разобраться и найти подходящие слова.
- Катя Что касается родителей, то ты не хочешь, чтобы они беспокоились за тебя, думали, что тебя в школе не любят, знали, что к их слабому ребенку придираются. Ты не хочешь, чтобы они думали, что их ребенок — жертва.
- Ведущий* *В конечном итоге, чья же это проблема?:*
- Андрей Учителей, потому что только они могут прекратить издевательства одних детей над другими.
- Настя Не любят говорить, что это проблема жертв издевательства, но это их проблема! Те, кто издеваются, не уступят и не скажут: «Ах! Мы не будем...» Только тот, над кем издеваются, должен прекратить издевательства.
- Отец Тани Издевательства — это проблема тех, кто издевается. Их надо спросить: «Что это с вами?», вместо того, чтобы жертв издевательства направлять к психологам и консультантам. Почему они издеваются над детьми? Они сами нормальные дети?
- Ведущий* *Что могут сделать сами дети?*
- Валерий Я прихожу в столовую и говорю: «Вы принесли мне денежки на обед? Я достал себе деньги на обед! Вы что плохо слышите? Правильно, Леночка, давай сюда деньги...»
- Мать Олега Трудно было и мне, и моему мужу. Он не мог понять, почему сын не дает сдачи. Он все время повторял: «Дай ему разок, и он отстанет!» Но сын так не мог, он не такой мальчик. Я думаю, сын переживал, что не может сделать того, что хочет отец, и что он разочаровывает отца.
- Катя Что я сделала в сложной ситуации. Я нашла группу настоящих друзей и стала более уверенной в себе.
- Сережа Я постепенно пришла к мысли, что люди, которые надо мной издевались, ничего для меня не значили. У меня были друзья, моя жизнь была замечательная, я радовалась ей.
- Если бы что-то подобное случилось со мной сейчас (в чем я сильно сомневаюсь), то я сказал бы или учителю или даже директору. Я бы сказал о том, что со мной происходит, и что это их обязанность прекратить издевательства.
- Ведущий* *Как могут помочь родители?*
- Наташа Моя мама просто мне повторяла, что я лучше их, что я не такая жестокая, как они. Это единственное, что помогало. Я думаю, что

большинство родителей думает, что их дети просто глупые, но это не так на самом деле.

Мать двух детей

Я старалась убедить своих детей всегда быть вместе, поддерживать друг друга, когда над ними издеваются. А еще советовала поговорить с другими детьми, которые тоже терпели издевательства от той же группы и того же самого лидера. Но мои дети не захотели, потому что считали, что станет еще хуже.

Однажды в понедельник я пошла в школу и решила сама разобраться с этим мальчиком и его группой. Он понял, что я настроена серьезно (что меня очень порадовало). Я ему дала понять, что ситуация назрела настолько, что я этого так не оставлю. Он все понял, и издевательства прекратились.

Но я также чувствовала, что я отняла у своих детей шанс самим научиться, как преодолевать подобные конфликты. Я убеждена, что у детей должны сформироваться навыки самозащиты.

Неагрессивное отстаивание своего мнения, своей позиции не очень-то поддерживается школой. Мне кажется, что учителя все время нуждаются в подавлении большого количества непослушных детей. Так что отсутствие агрессивности плохо уживается с существующими в школе отношениями.

Ведущий

Как избавить школы от издевательств?

Сереза

Надо мной издевались на уроках. Учительница знала и следила, чтобы ничего не случилось. А когда я перешел в третий класс, меня перевел из 3А в 3Б.

Таня

Я не думаю, что наказание поможет. Если наказать того, кто издевается, он будет возмущаться тем, что его наказали.

Настя

Мой учитель рисования случайно слышал, как ребята в классе смеялись надо мной. Он ко мне подошел и сказал об этом, а потом сказал: «Ты хочешь с ними поговорить? И если нет, то почему?» Он дал мне стимул для разговора.

Наташа

Я думаю, что об этом надо больше говорить. Когда мы перешли в старшие классы, мы об этом уже не говорили. Как бы этого и не было. Так что те, кто издевались над другими, просто издевались и думали, что это нормально.

Мать Саши

Мой опыт показывает, что если у родителей хорошие отношения со школой, это очень помогает.

Учебный день напряженный, времени ни на что не хватает. Если бы родители могли придти в класс, хотя на 15 минут в начале дня, они бы пришли. Не все, конечно, пришли бы, но некоторые пришли бы. Это помогло бы преодолеть некоторые проблемы.

Вера

Профилактика лучше, чем лечение. Поэтому, что бы вы ни делали, старайтесь остановить издевательства в самом начале. Поскольку они начинаются в начальной школе, лучше всего их там же и остановить.

Это имеет отношение абсолютно ко всем. Каждый должен помогать каждому.

Словарь

Дразнить – злить, умышленно раздражая, насмешливо называть каким-нибудь прозвищем, обидной кличкой.

Драка – взаимные побои, вызванные ссорой, скандалом.

Забияка – человек, любящий затевать драки, ссоры.

Задира – человек, затевающий ссоры, драки, забияка.

Издевательство – злая насмешка, оскорбление, оскорбительный поступок, поведение по отношению к кому-либо, чему-либо.

Кличка – шутивное, насмешливое прозвище.

Насилие – применение физической силы к кому-нибудь, принудительное воздействие на кого-нибудь, нарушение личной неприкосновенности, притеснение, беззаконие.

Оскорбить – тяжело обидеть, унижить.

Оскорбление – оскорбляющий поступок, слова.

Прозвище – название, даваемое человеку по какой-нибудь его характерной черте, свойству.

Ругань – грубые, бранные слова, а также ссора, сопровождаемая такими словами.

Ссора – состояние взаимной вражды, серьезная размолвка, взаимная перебранка.

Травля – изводить преследованием, клеветой, заниматься болтовней, рассказывать небылицы.

Хвастаться – лгать, самонадеянно обещать что-нибудь сделать.

Хулиган – человек, грубо нарушающий общественный порядок.

Хулиганство – поведение, обнаруживающее явное неуважение к обществу, к достоинству человека, грубое нарушение общественного порядка, бесчинство.

Советы младшим или Что ты можешь сделать?

Считается, что издевательства условие взросления, позволяющее детям стать сильнее. Считается, что дети должны терпеть издевательства или сами решать свои проблемы. На самом деле это не так. Издевательства - проблема многих детей: 1 из 5 пострадал от издевательства, а 1 из 20 - ежедневно на протяжении нескольких лет. Так что если над тобой издеваются, то ты не одинок/а.

Что такое издевательство? Издевательство – это злоупотребление силой, чтобы сделать тебе больно. Издевательство может быть:

- словесным (когда тебя обзывают, дают тебе прозвище)
- социальным (никто с тобой не разговаривает)
- психологическим (тебе угрожают или принуждают к чему-то)
- физическим (когда тебя бьют)
- материальным в виде причинением ущерба (твои вещи портят)

Над кем издеваются? Издеваться могут над любым человеком и иногда без всякой причины.

Почему обидчики издеваются? Обидчики могут издеваться по разным причинам:

- неуверенность в себе
- зависть или ревность
- они сами жертвы издевательства.

Зачем обидчики издеваются? Обидчики издеваются, чтобы:

- казаться сильнее (особенно мальчики)
- сплотить вокруг себя группу (особенно девочки)
- проявить себя
- привлечь внимание или получить что-то
- избавиться от злости
- взять реванш за свои неудачи
- посмеяться над слезами других.

Почему об издевательствах трудно рассказывать? Часто дети не рассказывают взрослым об издевательствах, потому что:

- боятся, что обидчик станет издеваться еще сильнее
- не хотят прослыть жалобщиками, ябедами
- не хотят расстраивать родителей
- стыдятся, что сами не могут за себя постоять.

Если над тобой издеваются, то ты должен/а рассказать об этом, потому что у тебя есть право на безопасность!

Чем страшны издевательства? Из-за издевательства жертва ощущает себя несчастной и одинокой. Иногда жертвы думают, что они ненормальные, теряют уверенность в себе, изливают свой гнев на родителей, младших брата или сестру, не хотят ходить в школу.

Если ты издеваешься над учениками, у тебя могут быть неприятности вплоть до исключения из школы. Часто те, кто впоследствии попадает в милицию, начинают с издевательства над детьми в школе. Большинство таких людей заканчивают тем, что их никто не уважает и не дружит с ними, хотя вначале они кажутся популярными и находятся в центре внимания.

Школа становится малоприятным местом не только для тех, над кем издеваются, но и для тех, кто молча наблюдает издевательства из страха, что над ними тоже станут издеваться.

Издевательства влияют на каждого!

Почему ученики мирятся с издевательствами? Есть много причин, но главная – молчание. Только 1 из 3 жертв издевательства, рассказывает об этом в школе, и только 1 из 2 -

дома. Издевательства усиливаются в обстановке секретности и страха, а обидчики запугивают своих жертв. Многие наблюдатели не хотят вмешиваться или прослыть жалобщиками.

Но если ты не рассказываешь об издевательствах, ты поощряешь их! Мы все в ответе!

Мы не должны:

- стоять и молча смотреть
- смеяться и поощрять издевательства
- издеваться над тем, кто не такой как все.

Мы должны:

- что-то сделать: вступить за жертву или рассказать взрослым
- показывать обидчикам, что издеваться плохо
- помогать тому, над кем издеваются.

Если над тобой издеваются, то это не твоя вина! Издевательства – это не часть взросления! Если над тобой издеваются, всегда найдется кто-то, кто поможет!

Что делать, если над тобой издеваются?

Не обвиняй себя. Большинство людей в жизни когда-либо подвергаются издевательствам. Так что не думай, что это происходит только с тобой. С тобой все нормально, это издевательства ненормальное явление. Не думай, что ты заслужил/а издевательства – это не твоя вина!

Не рассуждай как жертва. Важно думать о себе хорошо: сосредоточься на хорошем. Старайся делать то, что получается и интересно. Если ты чем-то отличаешься от других, гордись этим!

Старайся избежать риска. Избегай опасных мест, например: не будь последним в раздевалке. Уходи, если чувствуешь опасность. Не приноси в школу дорогие вещи и не хвастай деньгами. Безопасность важнее любых вещей, поэтому, если тебе угрожают, отдавай все, что от тебя хотят, и уходи.

Скрывай свои чувства. Старайся не показывать, что издевательства тебя задевают за живое, даже если это очень трудно. Не доставляй обидчикам радость. Но не игнорируй свои чувства: рассказывай о них близким.

Игнорируй издевательства. Иногда полезно просто «не замечать» издевательства. Если обидчик не видит ожидаемой реакции, он часто прекращает.

Заведи друзей. Старайся держаться вместе с друзьями или быть в толпе. Но не пытайся «купить» друзей, это не надолго.

Веди себя правильно. Старайся проявлять спокойствие или кричи громко «Нет!» «Отстань!» и немедленно уходи. (Поупражняйся перед зеркалом).

Старайся выглядеть уверенным в себе человеком. Могут помочь «Нет!», сказанное группе громко и уверенно, и угроза рассказать взрослым. Помни, что тон твоего голоса показывает, насколько ты уверен/а в себе. Делай вид, что ты уверен/а в себе, даже если на самом деле это не так, например: высоко держи голову, смотри людям прямо в глаза, иди твердой походкой, как будто ты знаешь, куда идешь.

Старайся контролировать ситуацию. «Сдача» не всегда помогает, а кроме того, дав сдачи, ты можешь навлечь на себя неприятности. На издевательства в твой адрес приготовь несколько коротких и с юмором ответов. Повторяй их, пока обидчик не отстанет. Старайся контролировать ситуацию, предложив обидчику, например, повторить, что он/а сказал/а.