Государственное областное бюджетное учреждение для детей- сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, «Мончегорский центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей, «Теплый дом»

Служба сопровождения детей и замещающих семей г. Оленегорск

**Конспект занятия**

**для родителей с элементами тренинга**

**«Как не стать жертвой»**

**Составитель:**

**Симакова Яна Станиславовна,**

**педагог-психолог**

**Цель:** повышение родительской компетентности по вопросам преодоления школьных трудностей.

**Задачи:**

* создать условия для осознания участниками особенностей причин возникновения проблем обучения детей;
* изучить смысл понятия «буллинг», виды буллинга, основные причины насилия над детьми в школе, сигналы по которым можно определить, что ребенок подвергается травле в школе;
* активизировать опыт участников с целью его переосмысления;
* обсудить способы профилактики и помощи детям в ситуации насилия в школе.

**Целевая группа:** замещающие родители.

**Материалы и оборудование:**

* ноутбук, мультимедийное оборудование;
* мультимедийная презентация;
* видеоролики (фрагменты передачи «Пусть говорят», «Дежурная часть»);
* карточки с ситуациями для родителей;
* флипчарт, бумага, маркеры, канцелярские принадлежности.

**План занятия:**

1. Приветствие. Представление ведущих.
2. Вводная часть.
3. Работа по теме: познакомиться с понятием «буллинг».
4. Просмотр видеороликов о насилии в школе.
5. Обсуждение видеороликов.
6. Практическая работа «Виды буллинга».
7. Характеристика действующих лиц травли.
8. Практическая работа «Признаки жертвы и агрессора»
9. Упражнение «Противостояние»
10. Мозговой штурм «Сигналы травли».
11. Упражнение «Проблемные ситуации»
12. Рекомендации «Меры по профилактике травли».

**Ход занятия.**

1. **Приветствие. Представление ведущих.**

- Здравствуйте уважаемые участники, мы рады видеть вас сегодня на очередной встрече в Клубе замещающих семей «Надежда».

1. **Вводная часть.**

- Сегодня, мы с вами поговорим об очень важной, в современном мире, проблеме. Но сначала давайте ответим на вопрос: какие проблемы испытывают ваши дети в школе? (*Интеллектуальные, эмоциональные, поведенческие).*

- Часто многие проблемы детей связаны с положением ребенка в классном коллективе.

*Вопросы к группе:*

* Вспомните себя в школе?
* Как к вам относились ваши одноклассники?
* Были ли случаи, когда к вам или к кому-либо из ваших знакомых относились плохо в школе?
1. **Работа по теме «Буллинг».**

 Школьная травля, или буллинг (bulling), - сложный процесс, в котором есть жертвы, преследователи, взаимодействие между ними, а также позиция по отношению к происходящему взрослых и школы. **Буллинг представляет собой длительное физическое или психическое насилие со стороны одного индивида (ребенка) или группы (детей) в отношении индивида (ребенка), который не способен защитить себя в данной ситуации.**

1. **Просмотр видеороликов о насилии в школе.**

- Предлагаем вашему вниманию ролики о том, как это может происходить. (*Фрагменты передачи «Пусть говорят», «Дежурная часть»).*

1. **Обсуждение видеороликов.**

- Расскажите о ваших впечатлениях от этих роликов.

1. **Практическая работа «Виды буллинга».**

 Участники делятся на 2 подгруппы, необходимо привести примеры травли физические и психологические.

 *Можно условно выделить несколько видов отвержения, все они в большей или меньшей степени делают школьную жизнь отвергаемого ребенка непереносимой.*

*- Травля (не дают проходу, обзывают, бьют, преследуя какую-то цель: месть, развлекаются и т.п.).*

*- Активное неприятие (возникает в ответ на инициативу, исходящую от жертвы, дают понять, что он никто, что его мнение ничего не значит, делают его козлом отпущения).*

*- Пассивное неприятие, возникающее только в определенных ситуациях (когда надо выбрать кого-то в команду, принять в игру, сесть за парту, дети отказываются: "С ним не буду!").*

*- Игнорирование (просто не обращают внимания, не общаются, не замечают, забывают, ничего против не имеют, но и не интересуются).*

1. **Информационный блок «Характеристика действующих лиц».**

- Итак, а сейчас давайте кратко рассмотрим особенности основных действующих лиц.

* ***агрессор*** тот человек по чьей инициативе происходит травля;
* ***жертвы*** те, над кем издеваются;
* ***преследователи*** - основная масса детей, которая под руководством агрессоров осуществляет травлю;
* ***нейтральные наблюдатели*** дети, которые не участвуют в травле, но и не предпринимают никаких действий против нее.

 Таким образом, выглядят основные роли, которые выполняют участники травли, как правило, в травлю включена вся группа в том или ином качестве.

Индивиду, подвергающемуся буллингу, обычно нелегко себя защитить – он, как правило, относительно беспомощен. **Ссора между примерно равными по соотношению сил индивидов не является буллингом.**

1. **Практическая работа «Признаки жертвы и агрессора».**

- А сейчас попытаемся выяснить, какими качествами обладают дети, которые могут стать жертвами и агрессорами. Вам необходимо разделиться на 2 подгруппы и на вопросы:

- «Какие дети могут стать жертвами?», а «Какие дети могут стать агрессорами?»

- В жертве всегда есть что-то такое, что способно оттолкнуть окружающих, спровоцировать нападки с их стороны. Они не такие, как остальные. Чаще всего становятся жертвами издевательств дети с явными проблемами. Скорее всего, **подвергнется нападкам и насмешкам ребенок**:

- с необычной внешностью (заметные шрамы, хромота, косоглазие и т.д.);

- страдающий энурезом или энкопорезом (недержанием мочи и кала);

- тихий и слабый, не умеющий за себя постоять;

- неопрятно одетый (имеет неприятный запах от одежды, не современный покрой одежды «бабушкино платье»);

- часто пропускающий занятия;

- неуспешный в учебе;

- слишком опекаемый родителями (бабушка встречает со школы второклассника и несет его портфель);

- не умеющий общаться (тревожный, замкнутый или слишком агрессивный, «заумный»).

**Агрессорами** могут стать:

- активные, общительные дети, претендующие на роль лидера в классе;

- агрессивные дети, нашедшие для самоутверждения безответную жертву;

- дети, стремящиеся любой ценой быть в центре внимания;

- дети, подвергавшиеся жестоким физическим наказаниям;

- дети, привыкшие относиться к окружающим с чувством превосходства, делящие всех на «своих» и «чужих» (подобный шовинизм или снобизм является результатом соответствующего семейного воспитания);

- дети, перенесшие унижения и насилие со стороны старших детей;

- дети, в семье которых существует авторитарный стиль воспитания, жесткие требования и наказания, негибкость родителей;

- эгоисты, не умеющие сочувствовать окружающим, ставить себя на место других;

- максималисты, не желающие идти на компромиссы дети (особенно в подростковом возрасте).

1. **Упражнение «Противостояние».**

 Цель: упражнение помогает, понять насколько трудно бывает противостоять давлению.

 Инструкция: «Предлагаем вам разделиться на пары, вам необходимо в течение 3-х минут одному играть роль «нападающего» и пытаться увести ладони партнера в стороны, второму необходимо противостоять давлению. Затем партнеры меняются местами. Во время упражнения вам запрещено разговаривать и нужно запоминать, то, что вы чувствуете, что происходит с вашим организмом в той или иной роли».

 Обсуждение:

* Трудно ли вам было быть «агрессором»?
* Трудно ли вам было быть «жертвой»?
* Какие чувства вы испытывали в роли «жертвы», «агрессора»?

 Действительно, очень много сил нужно чтобы противостоять агрессии, но еще сложнее это сделать, когда против тебя не один человек, а целая группа людей.

1. **Сигналы, по которым можно определить, что с ребенком что-то происходит.**

**Для подростков, ставших жертвами буллинга, характерно следующее:**

* притворяются больными, чтобы избежать похода в школу;
* боятся одни идти в школу и домой, просят проводить их на уроки, опаздывают;
* поведение и темперамент меняются;
* явные симптомы страха, заключающиеся в нарушениях сна и аппетита, ночном крике, энурезе, заикании и нервном тике, нелюдимости и скрытности;
* частые просьбы дать денег, воровство;
* снижение качества учебы, потеря интереса к любимым занятиям;
* постоянные ссадины, синяки и другие травмы;
* молчаливость, нежелание идти на разговор;
* суицидальные намерения и как крайняя степень – суицид.

 Указанные проявления не всегда говорят о том, что ребенок стал жертвой буллинга. Между тем, если данные симптомы отмечаются постоянно, то стоит заподозрить неладное и провести небольшое следствие для установления причин, вызвавших изменения в поведении ребенка.

1. **Упражнение «Проблемная ситуация».**

Цель:активизировать опыт участников.

Инструкция:разделитесь на три подгруппы. Вам будут предложены ситуации, ваша задача определить, как можно помочь в приведенных ситуациях.

**Ситуация для родителей № 1.**

*Уже третий день Костя не хочет идти в школу, объясняя это тем, что у него болит голова. Но мама не верит ему, потому что в последнее время он все время приходит домой в синяках, говоря, что упал, что нечаянно ударился.… В общем, все синяки у него без особых причин.*

*Ну, а мама считает, что Костя почему-то вдруг начал обманывать и, наверное, просто дерется со сверстниками, хотя раньше был скромным тихоней.*

*И поэтому вместо того, чтоб его пожалеть, расспросить поподробнее что с ним случилось мама его наказала прогулкой.*

*Как бы на месте мамы Кости повели бы себя Вы?*

**Ситуация для родителей № 2.**

*Четырнадцатилетний Денис учится в кадетском классе, поступить туда было его мечтой, поскольку с детства собирался продолжить семейную династию – стать офицером. С удовольствием изучает иностранные языки, неплохо играет на фортепьяно, осваивает классическую гитару и флейту, на ты с компьютером. Один из лучших учеников в классе. Невысокого роста, хрупкого телосложения. У Дениса немало друзей вне школы, но среди одноклассников их у него нет. Мама Дениса, тщательно отслеживает его успеваемость, регулярно посещает школу, беседует с учителями. В последнее время у Дениса часто появляются ссадины, синяки, иногда приходит домой в рваной одежде. Родители снисходительно относятся к этому – это же парень, он растет.*

*Как бы на месте родителей Дениса повели бы себя Вы?*

**Ситуация для родителей № 3.**

*Десятилетнего мальчика в течение нескольких месяцев соученики-пятиклассники травили исключительно психологическими способами: высмеивали при неудачных ответах, дразнили при проявлении легкого заикания, объявляли ему бойкот и т. д. Мама мальчика была в курсе, но считала, что его дразнят потому что у него снизилась успеваемость, он стал получать плохие отметки в школе. Однажды мальчик убежал из школы и был с трудом задержан на оживленном перекрестке случайно оказавшейся там матерью. Мальчик находился в двух метрах от проезжавшего с большой скоростью автобуса. Его состояние мать описывала как «зомби». После этого случая мальчик отказывался посещать школу.*

*Как бы на месте мамы мальчика повели бы себя Вы?*

Обсуждение:

- Как вы думаете, подвергался ли травле ребенок?

- Какие меры в данных ситуациях могут предпринять родители чтобы помочь своим детям?

1. **Рекомендации «Меры по профилактике травли».**

- Делая выводы из предыдущего упражнения необходимо отметить что, травле может быть подвергнут практически любой, но дети из учреждений в особенности, т.к. они не такие как все остальные.

- Для того что бы предотвратить нужно запомнить самые важные профилактические меры:

* Взаимодействие со школой, классным коллективом (помимо успеваемости нужно интересоваться есть ли у ребенка в классе друзья, участвовать в школьных мероприятиях).
* Налаживание с ребенком теплых, доверительных отношений (Не ожидайте, что ребенок подойдет к вам и скажет: «Меня дразнят и обижают в школе, другие дети обзывают меня нехорошими словами и забирают мои вещи». Далеко не все дети могут и хотят рассказывать родителям о своих проблемах, и чем старше ребенок, тем меньше вероятность, что он пожалуется родителям на происходящее. Если он ничего сам не рассказывает – следует понаблюдать за ним).
* Обучение ребенка коммуникативным навыкам, умениям, способам разрешения сложных ситуаций. (Родители должны подвести ребенка к правильному решению, подсказать ему, как лучше себя повести в проблемной ситуации. Спросите у него: «Как ты думаешь, что можно сказать и сделать, когда эта ситуация повторится? Как лучше поступить, чтобы это прекратилось?». Помогите ребенку увидеть последствия его слов и поступков; подскажите ему, что эту проблему он вполне может решить своими силами).

- Эти основные моменты, которые нужно запомнить в целях профилактики.

**Подведение итогов занятия.**

- Наше занятие подошло к концу. Поделитесь, пожалуйста, впечатлениями от сегодняшней встречи!

**Раздаточный материал**

***Памятки для родителей***

**Как же должны реагировать родители детей, подвергающихся буллингу?**

 Замечать возможные тревожные сигналы: ребенок расстроен после школы (или даже готов заплакать), у него отмечаются проблемы с желудком, головные боли по утрам, он плохо спит. Эти симптомы могут свидетельствовать о наличии школьных страхов (перед плохими отметками, другими неудачами), но могут также свидетельствовать о том, что ребенок стал объектом травли.

 Если родители заметили тревожные сигналы, они должны дать понять ребенку, что у них всегда есть время, чтобы поговорить с ним. В разговоре посвятить ребенку все свое внимание, быть открытым, но в тоже время никогда не принуждать ребенка к разговору.

 Если ребенок доверился родителям для разговора, вести себя спокойно, сосредоточенно, не проявлять никакого раздражения или возбуждения (родитель должен быть сильным, а раздражение и нервозность – это признаки слабости). Нужно показать ребенку, что вы его понимаете, утешить его, но не надо стараться выглядеть всезнайками и поучать ребенка, т.к. это только еще больше подорвет его и так пошатнувшиеся самооценку и доверие к себе.

 Если родитель узнал о буллинге от ребенка. Действовать незамедлительно: в присутствии ребенка позвонить учителю (поговорить с ним или договориться о встрече).

 В разговоре с учителем вести себя спокойно и благоразумно (воздерживаясь от бурных эмоций), но дать недвусмысленно понять, что как родитель вы чувствуете ответственность за то, чтобы с подобного рода насилием над вашим ребенком было покончено. Разговор с руководством школы также обязателен, и должен быть проведен в таком же духе. Затем принять решение о том, следует ли ребенку на следующий день посещать школу.

 Задача родителей состоит в том, чтобы дать понять ребенку, что такого рода насилие не имеет шансов на продолжение. Чувствуя родительскую защиту, дети с удовольствием снова переключают внимание на другие темы. Снова пробуждаются самоисцеляющие силы, которые есть в каждом ребенке.

**Как надо вести себя родителям, узнавшим, что их ребёнок зачинщик школьного насилия.**

 Как и родителям ребенка-жертвы, понять причину – почему он стал насильником.

 Помочь осознать ребенку, что агрессия и жестокость – это вовсе не лучшие качества человека и не показатели мужественности. Что настоящий мужчина доказывает свою мужественность не драками и кулаками, а достойным мужским поведением даже в критических ситуациях.

 Если ребенок стал зачинщиком буллинга из-за повышенной агрессивности, применить необходимые меры для снижения этой агрессивности.

 Если ребенок стал насильником из-за зависти к школьным успехам своего одноклассника, постараться помочь ему в усвоении тех предметов, которые он усваивает с трудом.

 Если ребенок стал преследователем в школьном буллинге из-за зависти к высоким материальным возможностям жертвы, разобраться, что он подразумевает под этими материальными возможностями. И если суть проблемы лишь в том, что у жертвы есть современный плеер, а у него нет, подумайте – действительно ли Вы не можете подарить своему ребенку эту модную современную «игрушку» или просто считаете, что она ему не нужна. Если лишь из-за мнения - что «она не нужна», постарайтесь переменить свое мнение, тем более, если подобные плееры есть уже у большинства детей в классе. Родителям надо знать, что у современного ребенка сегодня – современные атрибуты жизни, которых в их школьные годы еще просто не было.