

## Классный час «Буллинг».

Цели: создать условия для укрепления личностных ресурсов противостояния насилию и негативному влиянию.

Задачи: дать учащимся информацию:

- что такое физическое и психологическое насилие;
- как противостоять психологическому насилию.

Ход классного часа.

### 1. Знакомство с темой.

Буллинг (английское слово— хулиган, драчун, задира, грубиян, насильник).

Этот вид насилия получил широкое распространение в среде подростков

Понятие «буллинг» рассматривается от узкого – видеосъемка драки до масштабного – насилие вообще. Буллинг является разновидностью насилия и, в свою очередь, также может выражаться по-разному, т.е. имеет свои виды.

Давайте попробуем выделить основные виды буллинга. (Ученики приводят свои примеры)

- буллинг в школе;
- буллинг на рабочем месте;
- буллинг в армии («дедовщина»);
- кибербуллинг (насилие в информационном пространстве).

Остановимся на школьном буллинге, т.е. на том, который происходит в связи со школьным образованием: в школе либо за её пределами.

Школьный буллинг следует разделить на две основные формы. Как вы думаете, какие?

1. Физический школьный буллинг. Давайте с вами приведем примеры (умышленные толчки, удары, пинки, побои нанесение иных телесных повреждений и др.;

2. Психологический школьный буллинг – насилие, связанное с действием на психику, наносящее психологическую травму путём словесных оскорблений или угроз, преследование, запугивание, которыми умышленно причиняется эмоциональная неуверенность. К этой форме можно отнести:

- вербальный буллинг, где орудием служит голос (обидное имя, с которым постоянно обращаются к жертве, обзывания, дразнение, распространение обидных слухов и т.д.);
- обидные жесты или действия (например, плевок в жертву либо в её направлении);
- запугивание (использование агрессивного языка тела и интонаций голоса для того, чтобы заставить жертву совершать или не совершать что-либо);
- изоляция (жертва умышленно изолируется, выгоняется или игнорируется частью учеников или всем классом);
- вымогательство (денег, еды, иных вещей, принуждение что-либо украсть);
- повреждение и иные действия с имуществом (воровство, грабёж, прятанье личных вещей жертвы);
- школьный кибербуллинг – унижение с помощью мобильных телефонов, Интернета, иных электронных устройств (пересылка неоднозначных изображений и фотографий, обзывание, распространение слухов и др.).

### 2. Причины возникновения буллинга.

Так кто же становится жертвой буллинга? Над некоторыми молодыми людьми издеваются без видимой причины. Но, в большей степени, жертвами становятся те, кто отличается от средней массы. Это не означает, что жертва – это слабак, трус, никчемный человек, который за себя не умеет постоять и защититься.

### *3. Последствия.*

Дети, которые подверглись травле, получают психологическую травму различной степени тяжести, что приводит к тяжёлым последствиям вплоть до самоубийства. И не имеет значения, имел место физический буллинг или психологический.

При физическом насилии имеются повреждения частей тела и внутренних органов различной степени тяжести, переломы костей. При эмоциональном (психическом) насилии нередко бывают кожные сыпи, аллергическая патология, язва желудка.

К сожалению, многие подростки не сообщают о преследовании, поскольку, во-первых, не верят, что взрослые способны понять их и помочь; во-вторых, боятся последующих еще больших издевательств; в-третьих, опасаются, что им запретят пользоваться компьютером в случае, если имел место кибербуллинг.

### *4. Что должен знать ученик, чтобы суметь противостоять буллингу.*

Все люди разные и каждый из нас – уникален, каждый ЛИЧНОСТЬ. Поэтому никому не позволено унижать достоинство другого человека.

Бороться с обидчиками трудно, но помните, что НЕ вы представляете проблему, а буллинг. И вы имеете право чувствовать себя в безопасности. Если вы чем-то отличаетесь от толпы, гордитесь этим! Стойте на своем! Проводите время с друзьями, а те, кто стремится унижить и задеть других, пусть остаются в стороне. Не примыкайте к ним, чтобы казаться своим! Не уподобляйтесь тем ребятам, которые занимаются буллингом.

Если вы уже стараетесь игнорировать нападки обидчиков, попытайтесь уйти от них, не обращая внимания. Ни в коем случае не убегайте, так как это просто подстегнет ваших трусливых обидчиков. Нет другого способа, как или отразить их нападки один раз в довольно жесткой форме или же терпеть это годами.

Надо учиться и уметь разговаривать!!! Если вы чувствуете, что не в силах разобраться с обидчиками физически и психологически, то следует поговорить о создавшейся ситуации со взрослым, которому вы доверяете. Объяснить причину, и возможно, взрослый сможет прийти на помощь и разобраться, положить конец этим действиям, иначе такие атаки и нападки могут всерьез испортить ваш характер, искалечить психику, если не привести к физическим травмам.