**Рекомендации по проведению проекта «ОБИДКА»**

Проект ОБИДКА (**ОБ**ычная **И**стория **Д**етской **К**оллективной **А**грессии) направлен на профилактику травли в детских и молодежных коллективах

Участники:участниками Проекта могут быть дети и подростки с 8 до 18 лет, педагоги, родители, специалисты, работающие с детьми и молодежью.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Категория участников /**  **Особенности работы** | **Дети и молодежь** | **Специалисты, работающие с детьми и молодежью** |
| **Кто работает с данной категорией** | Приоритетно: ровесники, прошедшие подготовку по проекту «ОБИДКА»  Допустимо: специалисты, работающие с детьми и молодежью, прошедшие подготовку по проекту «ОБИДКА» | специалисты, работающие с детьми и молодежью, прошедшие подготовку по проекту «ОБИДКА» |
| **Рекомендованные мероприятия в рамках проекта** | 1. Проведение вводного занятия  2. Просмотр мультфильма (фильма) или чтение книги с обсуждением (см. рекомендации)  3. Участие в ежегодной конференции ОО «Ассоциация детских служб примирения Самарской области» в 2020 г. с докладом об опыте реализации проекта «Обидка» в 2019 г. | 1. Проведение вводного занятия  2. Участие в ежегодной конференции ОО «Ассоциация детских служб примирения Самарской области» в 2020 г. с докладом об опыте реализации проекта «Обидка» в 2019 г. |
| **Дополнительные мероприятия в рамках проекта** | 1. Участие в школах медиатора (летняя и зимняя смена) с обменом опытом  2. Участие в площадке медиаторов на Фестивале актива детских и молодежных организаций с обменом опытом  3. Участие в конференциях ОО «Ассоциация детских служб примирения Самарской области» и ОО «Федерация детских организаций Самарской области», посвященных медиации и травле  4. Создание на базе образовательной организации школьной службы примирения  5. Прохождение специалистом профессиональной переподготовки по медиации на базе Регионального социопсихологического центра. | |

**Содержание вводного занятия для детей и молодежи**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Длительность (мин)** | **Тема** | **Содержание темы** |
| 1 | 10 | Интерактивная лекция о понятии травли | Травля, или буллинг (англ. bullying) — агрессивное преследование одного из членов коллектива (особенно коллектива школьников и студентов, но также и коллег) со стороны остальных членов коллектива или его части. При травле жертва оказывается не в состоянии защитить себя от нападок, таким образом, травля отличается от конфликта, где силы сторон примерно равны.  Не путайте буллинг и отсутствие сотни друзей. Ребёнок может быть интровертом, замкнутым, любящим одиночество или непопулярным. Но он не должен быть жертвой. Разница в регулярной и сознательной агрессии по отношению к ребёнку.  Относительно недавно появился ещё и кибербуллинг — это эмоциональное давление, только в интернете, особенно в социальных сетях.  Как часто это встречается?  Гораздо чаще, чем кажется. 30% человек в возрасте от 5 до 14 лет испытывали на себе насилие. Это 6,5 миллионов человек (по данным за 2011 год)Шеренги, Ф. Э. [Насилие в школе над детьми и подростками в возрасте до 14 лет.](http://www.socioprognoz.ru/files/File/2012/nasilie_v_shkole.pdf). Из них пятая часть приходится на насилие в школе. Цифра не просто большая, она огромная.  Чем опасна школьная травля?  Помимо того, что травля может принимать форму физического насилия, то есть приводить к травмам, она может быть и психологической, эмоциональной. Её следы труднее заметить, но она не менее опасна.  Травля уничтожает самооценку человека. У объекта буллинга формируются комплексы. Ребёнок начинает верить, что заслужил плохое отношение к себе.  Травля мешает учиться, потому что ребёнку не до занятий: ему бы в школе выжить. Травля формирует тревожные расстройства, фобии, депрессииNational Center for Injury Prevention and Control. Understanding School Violence..  И ни один человек, который прошёл через неприятие коллектива, никогда этого не забудет. Впоследствии негативное отношение к жизни в классе может перейти вообще на любую общность, а это означает проблемы с коммуникацией во взрослом возрасте.  Кто в группе риска?  На самом деле все. Для травли ищут повод, что-то, чем ребёнок отличается от других (в любую сторону). Это могут быть физические недостатки, проблемы со здоровьем, плохая успеваемость, очки, цвет волос или разрез глаз, отсутствие модной одежды или дорогих гаджетов, даже неполная семья. Часто страдают замкнутые дети, у которых мало друзей, домашние дети, которые не умеют общаться в коллективе, и вообще все, чьё поведение не похоже на поведение обидчика.  Исправлять какие-то особенности, ставшие поводом, бесполезно. Те, кто травит, при желании могут докопаться и до фонарного столба.  Как понять, что ребёнка атакуют?  Дети часто молчат о своих проблемах: боятся, что вмешательство взрослых обострит конфликт, что взрослые не поймут и не поддержат. Есть несколько признаков, по которым можно заподозрить буллинг.   * Синяки и царапины, которые ребёнок не может объяснить. * Ложь в ответ на вопрос, откуда взялись повреждения: ребёнок не может придумать объяснение, говорит, что не помнит, как появились кровоподтёки. * Часто «теряющиеся» вещи, сломанная техника, пропавшие украшения или одежда. * Ребёнок ищет повод не ходить в школу, притворяется больным, у него часто внезапно заболевает голова или живот. * Изменение пищевого поведения. Особенно нужно обратить внимание на случаи, когда ребёнок не ест в школе. * Ночные кошмары, бессонница. * Испортившаяся успеваемость, потеря интереса к занятиям. * Ссоры со старыми друзьями или одиночество, низкая самооценка, постоянная подавленность. * Побеги из дома, самоповреждение и другие виды деструктивного поведения.   Выделяют несколько типов буллинга:  **Физический**. Он проявляется побоями, иногда даже намеренным членовредительством. По сети гуляет письмо мужчины — жертвы школьного буллинга. Он вспоминает, как одноклассник ломал ему пальцы, чтобы услышать, какой звук будет при этом.  **Поведенческий**. Это бойкот, сплетни (распространение заведомо ложных слухов, выставляющих жертву в невыгодном свете), игнорирование, изоляция в коллективе, интриги, шантаж, вымогательства, создание неприятностей (крадут личные вещи, портят дневник, тетради).  **Вербальная агрессия**. Выражается в постоянных насмешках, подколах, оскорблениях, окриках и даже проклятиях.  **Кибербуллинг.** Самое последнее, но очень популярное среди подростков. Проявляется в травле при помощи социальных сетей или посылании оскорблений на электронный адрес. Сюда входит съемка и выкладывание неприглядного видео в общий доступ. |
| 2 | 5 | Интерактивная лекция «Участники травли» | Рассказывается о том, что в процессе буллинга всегда есть жертва и агрессор, но так же участниками процесса травли оказываются:  - сторона пассивной поддержки агрессора  - сторона поддержки жертвы  - сторона «нейтралитета»  - педагоги  - родители  Каждая из этих сторон несет негативные последствия: так агрессор и сторона поддержки агрессора учатся единственной стратегии в общении, которая в дальнейшей жизни может очень мешать.  Жертва получает психологические комплексы и физические травмы.  Сторона «нейтралитета» привыкает мириться с жестоким отношением, которое не затрагивает их самих.  Родители и педагоги помимо получения проблем в коллективе детей и молодежи еще могут получить проблемы правового характера. |
| 3 | 10 | Работа в мини-группах | Всех участников делят на подгруппы:  - агрессор  - жертва  - группа поддержки агрессора  - группа поддержки жертвы  - «нейтральная» сторона  Участники в подгруппах, должны презентовать свои наработки по своему «персонажу», которые отвечают на вопросы:  - что могло стать причиной, что человек попал в эту категорию?  - какой вред наносит ему травля? |
| 4 | 15 | Презентация наработок мини-групп | Презентация наработок, общее обсуждение. |

**Содержание вводного занятия для специалистов, работающих с детьми и молодежью**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Длительность (мин)** | **Тема** | **Содержание темы** |
| 1 | 10 | Интерактивная лекция о понятии травли | Травля, или буллинг (англ. bullying) — агрессивное преследование одного из членов коллектива (особенно коллектива школьников и студентов, но также и коллег) со стороны остальных членов коллектива или его части. При травле жертва оказывается не в состоянии защитить себя от нападок, таким образом, травля отличается от конфликта, где силы сторон примерно равны.  Не путайте буллинг и отсутствие сотни друзей. Ребёнок может быть интровертом, замкнутым, любящим одиночество или непопулярным. Но он не должен быть жертвой. Разница в регулярной и сознательной агрессии по отношению к ребёнку.  Относительно недавно появился ещё и кибербуллинг — это эмоциональное давление, только в интернете, особенно в социальных сетях.  Как часто это встречается?  Гораздо чаще, чем кажется. 30% человек в возрасте от 5 до 14 лет испытывали на себе насилие. Это 6,5 миллионов человек (по данным за 2011 год)Шеренги, Ф. Э. [Насилие в школе над детьми и подростками в возрасте до 14 лет.](http://www.socioprognoz.ru/files/File/2012/nasilie_v_shkole.pdf). Из них пятая часть приходится на насилие в школе. Цифра не просто большая, она огромная.  Чем опасна школьная травля?  Помимо того, что травля может принимать форму физического насилия, то есть приводить к травмам, она может быть и психологической, эмоциональной. Её следы труднее заметить, но она не менее опасна.  Травля уничтожает самооценку человека. У объекта буллинга формируются комплексы. Ребёнок начинает верить, что заслужил плохое отношение к себе.  Травля мешает учиться, потому что ребёнку не до занятий: ему бы в школе выжить. Травля формирует тревожные расстройства, фобии, депрессииNational Center for Injury Prevention and Control. Understanding School Violence..  И ни один человек, который прошёл через неприятие коллектива, никогда этого не забудет. Впоследствии негативное отношение к жизни в классе может перейти вообще на любую общность, а это означает проблемы с коммуникацией во взрослом возрасте.  Кто в группе риска?  На самом деле все. Для травли ищут повод, что-то, чем ребёнок отличается от других (в любую сторону). Это могут быть физические недостатки, проблемы со здоровьем, плохая успеваемость, очки, цвет волос или разрез глаз, отсутствие модной одежды или дорогих гаджетов, даже неполная семья. Часто страдают замкнутые дети, у которых мало друзей, домашние дети, которые не умеют общаться в коллективе, и вообще все, чьё поведение не похоже на поведение обидчика.  Исправлять какие-то особенности, ставшие поводом, бесполезно. Те, кто травит, при желании могут докопаться и до фонарного столба.  Как понять, что ребёнка атакуют?  Дети часто молчат о своих проблемах: боятся, что вмешательство взрослых обострит конфликт, что взрослые не поймут и не поддержат. Есть несколько признаков, по которым можно заподозрить буллинг.   * Синяки и царапины, которые ребёнок не может объяснить. * Ложь в ответ на вопрос, откуда взялись повреждения: ребёнок не может придумать объяснение, говорит, что не помнит, как появились кровоподтёки. * Часто «теряющиеся» вещи, сломанная техника, пропавшие украшения или одежда. * Ребёнок ищет повод не ходить в школу, притворяется больным, у него часто внезапно заболевает голова или живот. * Изменение пищевого поведения. Особенно нужно обратить внимание на случаи, когда ребёнок не ест в школе. * Ночные кошмары, бессонница. * Испортившаяся успеваемость, потеря интереса к занятиям. * Ссоры со старыми друзьями или одиночество, низкая самооценка, постоянная подавленность. * Побеги из дома, самоповреждение и другие виды деструктивного поведения.   Выделяют несколько типов буллинга:  **Физический**. Он проявляется побоями, иногда даже намеренным членовредительством. По сети гуляет письмо мужчины — жертвы школьного буллинга. Он вспоминает, как одноклассник ломал ему пальцы, чтобы услышать, какой звук будет при этом.  **Поведенческий**. Это бойкот, сплетни (распространение заведомо ложных слухов, выставляющих жертву в невыгодном свете), игнорирование, изоляция в коллективе, интриги, шантаж, вымогательства, создание неприятностей (крадут личные вещи, портят дневник, тетради).  **Вербальная агрессия**. Выражается в постоянных насмешках, подколах, оскорблениях, окриках и даже проклятиях.  **Кибербуллинг.** Самое последнее, но очень популярное среди подростков. Проявляется в травле при помощи социальных сетей или посылании оскорблений на электронный адрес. Сюда входит съемка и выкладывание неприглядного видео в общий доступ.  **Типичные ошибки взрослых**  Ждать, что само пройдет.  Оправдывать поведение агрессора, объясняя просто причины травли  Путать травлю и непопулярность.  Считать травлю проблемой жертвы  Считать травлю проблемой личностей, а не группы  Давить на жалость агрессора  Принимать правила игры агрессора |
| 2 | 5 | Интерактивная лекция «Участники травли» | Рассказывается о том, что в процессе буллинга всегда есть жертва и агрессор, но так же участниками процесса травли оказываются:  - сторона пассивной поддержки агрессора  - сторона поддержки жертвы  - сторона «нейтралитета»  - педагоги  - родители  Каждая из этих сторон несет негативные последствия: так агрессор и сторона поддержки агрессора учатся единственной стратегии в общении, которая в дальнейшей жизни может очень мешать.  Жертва получает психологические комплексы и физические травмы.  Сторона «нейтралитета» привыкает мириться с жестоким отношением, которое не затрагивает их самих.  Родители и педагоги помимо получения проблем в коллективе детей и молодежи еще могут получить проблемы правового характера. |
| 3 | 10 | Работа в мини-группах | Всех участников делят на подгруппы:  - агрессор  - жертва  - группа поддержки агрессора  - группа поддержки жертвы  - «нейтральная» сторона  Участники в подгруппах, должны презентовать свои наработки по своему «персонажу», которые отвечают на вопросы:  - что могло стать причиной, что человек попал в эту категорию?  - какой вред наносит ему травля?  - чем ему может помочь подготовленный взрослый или сверстник? |
| 4 | 15 | Презентация наработок мини-групп | Презентация наработок, общее обсуждение. |

**Содержание просмотра мультфильма (фильма), чтения книги с коллективом детей или молодежи**

Чтобы у ребят возник больший отклик на проблему, после вводного занятия, где то через 14 дней рекомендуется провести просмотр фильма или мультфильма, либо обсуждение книги (книгу необходимо попросить прочитать в конце вводного занятия).

В ходе обсуждения рекомендуется задать следующие вопросы (список может изменяться):

- Как Вы думаете, про что эта история?

- Увидели ли Вы в этой истории травлю?

- какие стороны травли Вы увидели в этой истории?

- Какие последствия для каждой стороны травли последовали?

- Что помогло найти выход из этой ситуации (или могло бы помочь найти выход)?

- Какие выходы в этой ситуации еще возможны?

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Категория детей и молодежи** | **Рекомендованные фильмы и мультфильмы** | **Рекомендованные книги** |
| Младшие школьники | Мультфильм «Гадкий утенок» | Г.Х. Андерсен «Гадкий утенок» |
| Среднее школьное звено | Фильм «Чучело» ( [Ролан Быков](https://www.kinopoisk.ru/name/188848/) и [Аркадий Хайт](https://www.kinopoisk.ru/name/287244/)) | Андрей Богословский «Верочка»Владимир Железников «Чучело»Кэндзиро Хайтани «Взгляд кролика»Гевин Экстенс «Вселенная против Алекса Вудса» |
| Старшие школьники и студены | Фильм «Чучело» ( [Ролан Быков](https://www.kinopoisk.ru/name/188848/) и [Аркадий Хайт](https://www.kinopoisk.ru/name/287244/))  Фильм «Куколка» ( [Исаак Фридберг](https://www.kinopoisk.ru/name/294577/))  «[Жестокий ручей](https://www.kinopoisk.ru/film/41931/)» ([Джейкоб Аарон Эстес](https://www.kinopoisk.ru/name/224259/)) | Владимир Железников «Чучело»Джоди Пиколт «Девятнадцать минут»Анника Тор «Правда или последствия» |

Рекомендованный список книг, фильмов и мультфильмов лишь небольшой список, который может меняться специалистом, если он считает, что для данного детского или молодежного коллектива будет полезнее другой художественный материал.