**Рука помощи. Практикум для подростков**

*Моббинг как форма притесняющего взаимодействия в ученической среде чаще всего рассматривается с позиции двух противодействующих сторон: обидчики и жертвы. Третий субъект ситуации - наблюдатели – как правило, «выпадают» из поля обсуждаемой проблемы. Между тем, являясь косвенными участниками происходящего, наблюдатели также «вносят» свой вклад в развитие либо угасание ситуации моббинга, а также сами подвергаются негативному воздействию притесняющей ситуации: испытывают чувство собственного бессилия, их социальный статус заметно снижается; происходит «обучение» притесняющим действиям посредством наблюдения; увеличивается вероятность проявления подобных действий с их стороны (эффект снятия запретов) и др.*

*В данной статье представлен авторский вариант практикума, который может использовать педагог в профилактической работе с учащимися.*

**Практикум «Рука помощи»**

**I часть «Моя позиция»**

***Упражнение «Две позиции»***

Класс делится на две подгруппы, представляющие собой две противоборствующие стороны: обидчики и жертвы (педагог может поделить класс на две подгруппы путем жеребьевки, а может предложить детям сделать самостоятельный выбор).

Каждая подгруппа представляет единое целое: одна – обидчика, другая – жертву. Необходимо от «собственного лица» записать свои мысли друг о друге, чувства в адрес друг друга. Когда работа закончена, получившиеся «портреты-мысли» записываются педагогом на доске. Организуется обсуждение:

- Что «побуждает» обидчика применять насильственные действия по отношению к более слабому?

- Какие действия (качества) жертвы вызывают негативную реакцию у обидчика?

- Каким видит обидчика жертва?

- Как жертва оценивает действия обидчика?

Делаются выводы.

***Упражнение «А зачем?»***

Педагог говорит учащимся о том, что существует ряд причин, которые «объясняют» поведение преследователя (жертвы) в ситуации притеснения. Предлагается их назвать. Ответы детей фиксируются на доске.

Например, обидчик преследует жертву, чтобы: доказать свою правоту; «научить» ее действовать «правильно»; продемонстрировать свою силу и пр. Жертва в ситуациях притеснения занимает определенную позицию, чтобы: не вызывать нарастание агрессии со стороны обидчика; «задобрить» преследователя и пр.

Подводятся итоги, делается акцент на возможность решить разногласия с помощью переговоров, сотрудничества.

***Упражнение «И это все о нем»***

Педагог сообщает учащимся о том, что очень часто человека, который подвергается нападению со стороны других, не пользуется популярностью среди других детей, оказывается всегда в меньшинстве называют такими словами, как: «изгой», «аутсайдер», «козел отпущения», «мальчик для битья». У детей спрашивают, знают ли они, что означают данные слова, сочетания слов. Педагог разъясняет этимологию их происхождения.

*Изгой* –1) Человек, отвергнутый обществом; 2) в Древней Руси: человек, вышедший из своего прежнего социального состояния, например, вышедший из общины крестьянин, [вольноотпущенник](http://xn----8sbauh0beb7ai9bh.xn--p1ai/%D0%B2%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D0%BE%D1%82%D0%BF%D1%83%D1%89%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%B8%D0%BA), [разорившийся](http://xn----8sbauh0beb7ai9bh.xn--p1ai/%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%BE%D1%80%D1%8F%D1%82%D1%8C%D1%81%D1%8F) купец. (Ожегов С.И. Толковый словарь)

*Аутсайдер* – 1) Мелкое или среднее предприятие какой-либо отрасли производства, не входящее в [монополистическое](http://xn----8sbauh0beb7ai9bh.xn--p1ai/%D0%BC%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%BF%D0%BE%D0%BB%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9) объединение этой отрасли. 2) а) Команда или спортсмен, занимающие одно из последних мест в соревновании (в спорте); б) перен. Тот, кто оказывается [последним](http://xn----8sbauh0beb7ai9bh.xn--p1ai/%D0%BF%D0%BE%D1%81%D0%BB%D0%B5%D0%B4%D0%BD%D0%B8%D0%B9), [отстает](http://xn----8sbauh0beb7ai9bh.xn--p1ai/%D0%BE%D1%82%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%B2%D0%B0%D1%82%D1%8C) в каком-либо деле. (Ефремова Т.Ф. Толковый словарь русского языка)

*Козел отпущения* – человек, несущий ответственность за вину других. Согласно библейскому преданию, у древних евреев существовал об­ряд: в специальный день грехоотпущения первосвященник возлагал руки на голову живого козла, перенося на него тем самым грехи сво­его народа. После этого козелизгонялся в пустыню. Таким образом, утвердился в нашей речи фразеологизм *козел от­пущения,*употребляющийся в смысле: человек, на которого всегда сваливают чужую вину, ответственность за чужие проступки, чужие обязанности.

*Мальчик для битья* – человек, страдающий за чужие провинности. Считается, что выражение «мальчик для битья» появилось от названия реальной должности, учрежденной при английском королевском дворе в XV-XVI веках. Мальчик для битья был, как правило, благородных кровей, его с детства воспитывали вместе с принцем – сыном короля. В случае, если принц делал что-то не так, наказывали как раз мальчика для битья.

Организуется обсуждение на тему «Одиночество в школьном классе»: почему в классе появляются дети, которые чувствуют себя одинокими? Кто виноват в этом? Как помочь таким детям?

***Упражнение «Хулиган или настоящий мужчина?»***

Педагог говорит учащимся о том, что очень часто мы ставим знак «равенства» между понятиями «хулиган» и «настоящий мужчина». Предлагается найти общее и отличие между двумя понятиями, зафиксировать в таблице в пустых ячейках (представлена на доске):

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Хулиган | Общие черты | Настоящий мужчина |
| импульсивен |  | сдержан |
| ведет себя агрессивно | физически сильнее других | защищает слабого |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

После заполнения таблицы делаются выводы.

***Упражнение «Обида?!»***

Участники делятся на группы и заполняют лист «Наши обиды». Вверху листа написано «Обиды, которые нанесли мне …», внизу листа (в зеркальном отображении – «Обиды, которые нанесла я …».

После заполнения листа подводятся итоги: в каком направлении было двигаться легче (сверху вниз или снизу вверх)? Почему? Чьи обиды запоминаются надолго? Кого легче простить: близкого человека или постороннего? Почему надо прощать обиды, а не собирать их? Стоит ли мстить обидчику?

***Упражнение «Травля или непопулярность?»***

Педагог говорит учащимся о том, что очень часто между понятиями «травля» и «непопулярность» мы ставим знак равенства. Предлагает детям найти отличие между двумя данными понятиями.

После выполнения задания формулируется вывод: травля – это целенаправленные действия коллектива, обращенные против одного человека, унижающие, оскорбляющие или причиняющие вред жертве. От непопулярности данный процесс отличается именно сознательной агрессией. Жертва травли всегда явно и сильно страдает, а ученик непопулярный в классе может чувствовать себя вполне комфортно, если он не нуждается в признании сверстников.

***Упражнение «Бумеранг добра»***

Известно, что бумеранг – это метательное орудие аборигенов Австралии серповидной формы, которое (в случае непопадания в цель) обычно возвращается обратно к тому месту, откуда было пущено. Очень часто добро, которое мы совершаем, возвращается подобно бумерангу к нам с «двойной силой». Что это значит? Приведите примеры, когда ваш добрый поступок, «возвращался» к вам бумерангом.

**II часть «Сторонние наблюдатели»**

Цель: развитие у учащихся умений анализировать свои поступки; обучение принятию конструктивных решений, научение детей обращаться за помощью в трудных жизненных ситуациях.

***Упражнение «Круг»***

Подготовительная работа. Заранее готовятся круги из белой бумаги диаметром 20 см, цветные карандаши или фломастеры.

Класс делится на несколько групп, в каждой из которых по 4-5 человек. Каждой группе выдается круг из белой бумаги. Предлагается выделить в круге два сектора, символизирующих «преследователей» и «жертв», если таковые имеются в классе; закрасить сектора двумя разными цветами (синим и красным соответственно).

Организуется обсуждение: что, на ваш взгляд, означает свободное пространство на круге? Каким словом можно назвать тех учащихся, кто не попадает в категории, отмеченные на круге? (наблюдатель, свидетель, посторонний, равнодушный и т.п.). Кого в классе больше: преследователей, жертв, наблюдателей? Может ли меньшинство управлять большинством, задавать характер взаимоотношений в классе?

***Упражнение «Вмешательство – невмешательство»***

Учащимся сообщается о том, что в ситуации притеснения сторонние наблюдатели могут занимать активную и пассивную позиции, т.е. могут «вмешиваться» в ситуацию притеснения или делать вид, что ничего не происходит. Предлагается подобрать ряд глаголов, отражающих действия сторонних наблюдателей, занимающих позиции вмешательства-невмешательства. Например, активная позиция – спорят, доказывают, защищают и пр.; пассивная позиция – избегают, игнорируют, молчат и пр.

Педагог просит детей вспомнить ситуации, в которых «присутствовала» та или иная позиция.

***Упражнение «Докажи – опровергни»***

Педагог просит детей доказать или опровергнуть нижеследующие суждения о необходимости вмешательства/невмешательства в ситуации притеснения:

стороннее вмешательство в ситуацию притеснения приведет к тому, что положение жертвы еще больше усугубится;

вмешательство других в ситуацию притеснения приводит к ее разрастанию и втягиванию в нее большого количества лиц;

только вмешательство взрослых может остановить ситуацию притеснения;

не следует вмешиваться в ситуацию притеснения: как ситуация возникла, так она и затухнет;

ситуацию притеснения может остановить только физически более сильный, чем обидчик, человек.

***Упражнение «Обращение за помощью»***

Педагог говорит учащимся о том, что в ситуациях притеснения следует обращаться за помощью, не ждать, что ситуация разрешится «сама собой» и обидчик поймет, что он поступает очень плохо. За помощью можно обратиться: к родителям (родственникам), педагогу, социальному педагогу, педагогу-психологу, однокласснику и пр. Можно позвонить по телефону доверия, который есть в каждом крупном городе.

Учащимся предлагается выбрать того, к кому они могли бы (хотели бы) обратиться за помощью, советом, и указать адресат на листе обращения. Далее письменно описать свою проблему и высказать просьбу о помощи.

После выполнения работы педагог собирает листы-обращения, анализирует, кому в большей степени доверяют учащиеся класса, какие проблемы их волнуют, в каких советах они нуждаются. Можно предложить детям (по их желанию) рассказать о том, что они написали в своем листе-обращении и коллективно предложить варианты решения проблемы.

***Упражнение «Мой защитник»***

Каждому учащемуся предлагается выбрать себе защитника – человека, которому доверяешь, можешь обратиться за помощью, советом; но этот человек не должен знать, что он – защитник. По команде ведущего все дети начинают хаотично двигаться по комнате. Но делать это надо таким образом, чтобы расстояние между учащимся и его защитником было минимальным и при этом защитник не догадывался о приписываемой ему роли. На счет 10 все останавливаются, организуется обсуждение. Учащиеся рассказывают, кто кого выбрал в качестве защитника и догадался ли тот, кого выбрали, что он защитник.

***Упражнение «SOS»***

Педагог предлагает учащимся начать хаотично двигаться по классу. По желанию самого участника он может издать сигнал бедствия «SOS». Два участника, которые находятся ближе всего к подавшему сигнал о помощи, должны образовать «круг защиты», т.е. взять его «в кольцо» с двух сторон.

Организуется обсуждение: что ты чувствовал, когда по твоему сигналу к тебе подошли «спасатели»? что приятнее: звать на помощь или самим оказывать ее?

***Упражнение «Сформулируй свое «нет»***

Очень часто занимаемая некоторыми детьми в школе «стратегия невмешательства» в ситуации моббинга приводит к ее разрастанию, увеличению масштабов, втягиванию большого количества учащихся в неконструктивное взаимодействие. Поэтому только всеобщее «нет моббингу!» может остановить его. Учащимся предлагается сформулировать свой лозунг, слоган по противодействию моббингу в школе.

Тренинговые упражнения, описанные в данной статье, апробированы нами в ходе опытно-экспериментальной работы с подростками, подтвердили свою эффективность.

**Сведения об авторе**

**Ничишина Татьяна Викторовна**

Зав. кафедрой педагогики начального обучения Брестского государственного университета имени А.С. Пушкина, кандидат педагогических наук, доцент

Дом.адрес: 224014 г. Брест, 2-ой Западный пер., 31/1

Дом. телефон: 24-74-58, моб.телефон: (8029) 2-26-84-48 (МТС)

Раб.тел (80162) 21-64-23

Паспорт АВ2560000, выдан Ленинским РОВД г. Бреста 28.04.2012 г.

Личный номер: 4251172с026РВ0