**Неделя психологии**

С 21.04.2022- 26.04.2025 в школе №2 прошли мероприятия в рамках «Недели психологий», согласно годовому плану педагога-психолога среди несовершеннолетних и родителей, с целью формирования стрессоустойчивости у детей и подростков, а также повышения осведомленности о важности психического здоровья и доступных ресурсов поддержки. Использованы следующие формы организации: круглые столы с педагогами школы, конкурсы, викторины, психологические тренинги, родительские собрания, классные часы т.д.  А также конкурс рисунков: «Жизнь без насилия!», урок психологии: «Мы против жестокости и насилия над детьми!». Проведены информационно-пропагандистские мероприятия, в том числе по обеспечению личной безопасности несовершеннолетних, о правилах поведения в чрезвычайных ситуациях (стенд «Под защитой закона!»), а для взрослых – по повышению родительской ответственности. Распространены буклеты «Что такое стресс как его пережить», «Признаки панических атак у подростков», «Заповеди мудрого родителя», «Способы открыть ребенку свою любовь».  В течение акции шли презентации: «Телефона доверия», «Остановим булинг!». Состоялось анкетирование по выявлению уровня психологического климата в школе, классе. Учащиеся получили памятки: «10 шагов, как стать счастливым!», в которых они узнали, что такое психологическое здоровье, куда и к кому можно обратиться за помощью, если они сами не могут справиться со своими проблемами. А также, была предоставлена методическая информация для родителей и подростков: «Шпаргалки для родителей как общаться с детьми» «Шпаргалки для детей как общаться с родителями».

# Травля — это не игра. Травля — это насилие.

## Ты сможешь заметить травлю и остановить её?

Начало формы

|  |
| --- |
| Где здесь травля? |
| На перемене два друга толкаются, смеются, называют друг друга смешными прозвищами. После школы они вместе идут домой и с интересом обсуждают последние новости. |
| В классе утром слышны разговоры: “С жирной не садиться!” Все вокруг смеются, кроме одной девочки, с которой никто не хочет сидеть рядом. И на перемене она стоит в стороне одна, никто не хочет с ней болтать или играть. |
| Один мальчик настолько активный! То толкнет в бок своего соседа по парте, то бросит ластиком в девочку, которая сидит впереди него, то вообще начинает обзывать всех вокруг. Это, конечно, никому не нравится. Пострадавших приходится утешать всем классом. Учитель старается как-то повлиять на “хулигана”. |

## Ты сможешь заметить травлю и остановить её?

Начало формы

|  |
| --- |
| Почему случается травля? |
| Потому что кто-то “не такой”. И его нужно проучить. |
| Потому что кто-то в группе решил, что обижать и унижать - это весело и нормально. Другие не стали с этим спорить. И никто вовремя не вмешался и не остановил. |
| Потому что так устроено в мире. Если ты не успеешь напасть первым, то кто-то нападет на тебя и ты станешь жертвой. |

## Ты сможешь заметить травлю и остановить её?

Начало формы

|  |
| --- |
| Что нужно делать, если ты стал жертвой травли? |
| Измени свое поведение или даже внешность! Чтобы обидчикам было не к чему придраться. |
| Окажи своим обидчикам какую-нибудь услугу, попробуй подружиться с ними. |
| Расскажи о том, что происходит, взрослым, которым ты доверяешь. |

## Ты сможешь заметить травлю и остановить её?

Начало формы

|  |
| --- |
| Как правильно поступить, если ты стал свидетелем травли (видишь, что кого-то постоянно обижают)? |
| Делай вид, что ничего не происходит. А лучше спрячься или отойди. |
| Продолжай смеяться вместе со всеми. Ну, правда же, это очень забавно! |
| Расскажи о том, что происходит, взрослым, которым ты доверяешь. |

## Ты сможешь заметить травлю и остановить её?

Начало формы

|  |
| --- |
| Рассказать о травле и попросить взрослых о помощи - это... |
| Проявление слабости. Сделать так - значит проиграть. |
| Стать “ябедой” и “предателем”. |
| Проявление силы и смелости. Ведь насилие должно быть прекращено, а помощь взрослых здесь необходима. |

## Результат тестирования

Во время теста набрано **5** баллов

### Отлично

5 баллов

Поздравляем! Ты отлично справился с нашим тестом!

Ты уверенно замечаешь травлю, можешь отличить ее от конфликтов и споров. А самое главное — знаешь, как действовать, чтобы ее остановить.

Если хочешь узнать о ней еще больше, то можешь открыть [методичку по травле](https://xn--80aejlonqph.xn--p1ai/docs/info_for_kids.pdf) и посмотреть наше [видео о буллинге](https://www.youtube.com/watch?v=ORBfBQ_i_lE) совместно с проектом «Тебе не одиноко».

Цель: донести до подростков понятие о жестокости, насилии, о возможностях его предотвращения, о законах, защищающих жертву.

Задачи: раскрыть значение понятий «насилие», воспитывать отрицательное

отношение к проявлениям насилия среди сверстников, формировать умение противостоять им, развивать способность понимать и умение прощать другого человека, воспитывать нравственные качества и ценности.

Ход мероприятия.

Жизнь - сложная штука, где хитро перемешаны добро и зло, честь и предательство, гуманность и жестокость, насилие и любовь. Сегодня мы постараемся наметить ориентиры, которые помогут вам разграничивать данные понятия и выбрать правильную дорогу в жизни.

Как вы думаете какие случаи, действия можно назвать насилием?

(Ответы детей: это когда бьют, толкают, обзывают, унижают и т.д.)

Каким словом вы можете охарактеризовать людей, которые совершают эти действия? (Жестокими)

Что такое жестокость? (Ответы детей)

Послушайте, как дается это понятие в словаре.

Жестокость— морально-психологическая черта личности, которая проявляется в бесчеловечном, грубом, оскорбительном отношении к другим живым существам, причинении им боли и в посягательстве на их жизнь.

Что такое насилие? Как вы считаете?

Это преднамеренное применение физической силы или власти, действительное или в виде угрозы, направленное против себя, против иного лица, группы лиц или общины, результатом которого являются (либо имеется высокая степень вероятности этого) телесные повреждения, смерть, психологическая травма, отклонения в развитии или различного рода ущерб.

Еще по-другому можно сказать, что если вам страшно, это насилие.

Есть разные формы насилия, каждая из которых характеризуется по-своему.

* Психическое насилие - это оказание давления, унижение, угроза, порча принадлежащих тебе вещей. отвержение, изоляция, игнорирование.
* Эмоциональное насилие - это грубые окрики, оскорбления, унижение чувства достоинства, постоянная критика.
* Экономическое насилие - это когда не дают денег, контролируют, сколько и куда потратил, лишают собственных денег, во всем ограничивают.
* Сексуальное насилие - это изнасилование, принуждение к сексуальным отношениям, пошлые домогательства, вульгарные выражения.
* Пренебрежение нуждами ребенка - это отсутствие заботы, ограничения в еде, лишение одежды, жилья.

Где может совершаться насилие? (Обсуждение)

*Насилие в семье* — систематические агрессивные и враждебные действия в отношении членов семьи, в результате чего объекту насилия могут быть причинены вред, травма, унижение или иногда смерть.

*Насилие совершается и в молодежной среде.*

*Насилие может быть и в образовательном учреждении*

*Насилие в сети интернет.*

Скажите, пожалуйста, кто может совершать насилие? (ответы учащихся).

Насилие могут проявлять взрослые или дети по отношению друг к другу, родители по отношению к детям, учитель к ученику, ученик – к учителю. Группа людей может совершать насилие по отношению к одному человеку, тогда говорят о групповом насилии.

Давайте попробуем разобраться, как нужно поступать правильно, а как неправильно. Я предлагаю вам бытовые ситуации, а вы два способа поведения – правильного и неправильного.

1 ситуация: Когда кто-то тебя нечаянно толкнул…

2 ситуация: Когда кто-то тебя обозвал…

3 ситуация: Когда дети спорят из-за одной вещи…

Видите, что такие ситуации не всегда могут закончиться спокойно, мирно. Иногда бывает конфликт. Он может быть таким маленьким, как спор, или же таким большим, как война. В конфликте всегда кто-то «берет верх», а кто-то проигрывает, но каждый участник ссоры считает себя правым и не хочет уступать другому. Так люди в гневе не только портят настроение друг другу, но и могут нанести травмы, причинить боль. Возникает агрессивное поведение.

Скажите, что такое агрессивное поведение? Могут ли быть агрессивными дети, взрослые?

(ответы детей)

Агрессивное поведение – это взаимодействие, в ходе которого одним человеком умышленно наносится вред (физический или психический) другому. Различают прямую и косвенную агрессию. К прямой агрессии относят словесную – когда насмешничают, обзывают, сквернословят; материальную – когда вымогают деньги или другие вещи, портят личное имущество; физическую – когда дерутся, толкаются, дергают за волосы. К косвенной агрессии относят игнорирование – непринятие в игры, разговоры. Скажите, вы в своей жизни сталкивались с чем-то подобным?

(ответы детей)

Представьте себе, что вы постоянно становитесь объектом агрессии. В чем причина этого? Что нужно делать, чтобы не стать объектом агрессивного поведения?

(ответы детей)

Часто безобидные шутки, игры тоже перерастают в агрессию, почему? Как отличить игру от агрессивного поведения?

(ответы детей)

Но как его избежать? Какие правила безопасного поведения вы можете предложить своим товарищам?

Давайте разобьемся на три группы.

* 1 гр.- Правила безопасного поведения дома
* 2 гр.- Правила безопасного поведения на улице
* 3 гр.- Правила безопасного поведения в сети интернет

Защита: (дети составляют памятки с помощью учителя)

Группа 1. Правила безопасного поведения дома

1. Если сложилась критическая ситуация, то необходимо незамедлительно покинуть квартиру.
2. Попросите соседей, которым Вы больше других доверяете, чтобы они вызывали милицию, если услышат из Вашей квартиры крики.
3. В случае же, если Вы не можете выйти из квартиры, необходимо:

* запереться в ванной с телефоном и попытаться вызвать милицию;
* позвонить друзьям или соседям и попросить их прийти на помощь;
* открыть окна, попытаться привлечь внимание прохожих: громко зовите: «На помощь», «Пожар» и т.д.
* если Вам удалось попасть на лестничную площадку, то звоните во все двери, зовите на помощь. Даже если никто не выйдет, это может остудить нападающего, а у Вас будут свидетели в случае, если вы обратитесь в милицию.

Группа 2. Правила безопасного поведения на улице

Оцениваем ситуацию. Мы должны сказать себе, что перед нами – незнакомый человек. Неважно, кто это – девочка, мальчик, дедушка, молодая женщина – если незнакомец, то ведем себя со всеми ними практически одинаково.

Держим дистанцию! Ребенок должен отмерить дома на полу расстояние 2 метра и запомнить его: вести беседу с незнакомцем только на безопасной дистанции. Если человек приближается – надо уходить или убегать в безопасном направлении.

Умело пресекаем разговор на 5-й секунде. Говорим “Нет” или придумываем срочное дело, по которому вы торопитесь. Среди злоумышленников попадаются прекрасные психологи, которые могут “заболтать” и взрослого, не говоря уж о ребенке. Поэтому беседа может длиться 5-10 секунд, после чего необходимо принимать решение.

Уходим в безопасное место. Это значит, нужно подойти к находящимся во дворе знакомым мамам и папам других детей, либо уйти домой).

Группа 3. Правила безопасного поведения в сети интернет

Лучше не выкладывать на всеобщее обозрение свой номер телефона,  
адрес электронной почты и другую контактную информацию. Многие  
социальные сети позволяют настраивать список тех, кто может  
просматривать ваш профиль и отправлять сообщения. Можно, например,  
сделать так, чтобы писать вам было разрешено только тем, с кем у вас подтверждена дружба – и при этом, конечно, стоит убедиться, что вы имеете  
представление о каждом своем онлайн-друге. Будьте аккуратны с незнакомыми людьми. И со знакомыми будьте  
аккуратнее. Блокируйте подозрительных пользователей.  
Люди и общение бывают разными: сегодня вы лучшие друзья, а завтра  
злейшие враги. И совместные фотографии, видео, цитаты из переписок могут  
быть использованы против вас. Поэтому прежде чем отправить что-то личное  
даже хорошо знакомому человеку, подумайте, не превратится ли в  
последующем этот контент в компромат.  
Если у вас появились подозрения, что тот, кто пишет вам в интернете –  
мошенник, смело блокируйте его. Это не займет много времени, но поможет  
сберечь нервы и денежные средства. Многие из мошенников знают, как  
вызвать жалость, обмануть, запугать и заговорить человека. Поэтому с  
такими людьми лучше даже не вести бесед и смело отправлять в черный  
список.

Инсценировать ситуации

1 группа: К тебе подходит женщина и говорит, что в подвал котенок попал и просит помочь ему достать котенка.

2 группа: К тебе подходит старшеклассник и говори: “У тебя есть часы (телефон, наушники, ручка, часы)? Дай посмотреть. (Берет, рассматривает.) ” И убегает с вашей вещью.

3 группа: К тебе подходит мужчина и говорит: “Помоги достать ключи. Они под сиденье автомобиля упали, а у меня спина болит”.

(Каждая группа инсценирует, предлагает ответные действия. Другие группы дополняют, высказывают свое решение выхода из данной ситуации)

Никто не имеет права совершать насилие над другим человеком. Любые насильственные действия запрещены законом и наказываются административным и уголовным наказанием. Поэтому каждый человек имеет право на защиту от насилия.

-Как вы думаете, в каких документах говориться о защите прав ребёнка от насилия? (*ответы учащихся)*

1. Закон «О правах ребёнка»
2. Конвенция «О правах ребёнка»
3. Кодекс РБ о браке и семье
4. Уголовный кодекс РБ
5. Кодекс РБ об административных правонарушениях.

Поэтому за защитой своих прав можно и нужно обращаться в милицию, суд, прокуратуру.

Но часто, когда над подростком совершается насилие, он боится об этом сказать даже родителям. Что делать в таком случае?

Вы должны воспользоваться помощью человека, которому доверяете. Давайте вместе выясним, кто это может быть?

**Кому МЫ доверяем?**

(Доверяем милиции, психологу, учителям, друзьям, родственникам; работникам специальных центров, комиссии по делам несовершеннолетних).

Часто детям бывает очень страшно рассказать о том, что их обижают. Они боятся того, что отношение к ним со стороны одноклассников станет еще хуже и поэтому молчат. А бывает наоборот, ребенка обижают родители – наказывают за плохие отметки, бьют, обзывают. Но безвыходных ситуаций не бывает. Помните, что есть телефоны доверия, на которые вы сможете бесплатно и анонимно позвонить и рассказать о том, что происходит у вас в жизни.

Круглосуточный телефон доверия для детей и подростков – 8 801 100 16 11.

Центр, дружественный подросткам, «Гармония» -8 02340 44 393, его так же можно посетить: ул.Трифонова,119.

Вас выслушают, дадут совет, помогут в трудной ситуации.

**Рефлексия.**

Плохо, что нам приходится говорить на эту тему. Было бы гораздо лучше, если бы ее вообще не существовало.

Давайте сделаем рефлексию по итогам занятия. Какие выводы мы можем сделать из нашего занятия?

Возможные выводы к занятию:

* Насилие в любой форме неприемлемо.
* Люди должны уважительно относиться друг к другу.
* Если к вам проявляют насилие, надо защититься и вам помогут.
* Предостерегайте других от насилия.

Конец формы

Конец формы

Конец формы

Конец формы

Конец формы