

**АНО Центр эффективного обучения «Шаг за шагом»**

# **НЕ НАДО, БРАТЦЫ ДРАТЬСЯ, А НАДО ЗАСТУПАТЬСЯ!**

Сценарии профилактических уроков  
для учеников начальной школы



Москва, 2017

# УВАЖАЕМЫЕ КОЛЛЕГИ, ПЕДАГОГИ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ И ШКОЛЬНЫЕ ПСИХОЛОГИ!

С 1 сентября 2016 года вступил в силу Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, предусматривающий обязательства общеобразовательных школ принимать детей с ограниченными возможностями здоровья. Согласно статистике, в школе на 1000 человек должно учиться 50-60 детей с особенностями здоровья и развития. На практике цифры значительно меньше. Тем не менее, по официальному сообщению Департамента государственной политики в сфере защиты прав детей Министерства образования и науки России, в 2017 году в школьном образовании пошел перевес в сторону инклюзивного образования – более 55% родителей детей с ограниченными возможностями здоровья привели своих детей в общеобразовательную школу. Таким образом в стране активно осуществляется переход к инклюзивному образованию. Важно,

чтобы специалисты школ получили профессиональную поддержку и смогли не только принять в ряды учеников детей с инвалидностью, но и организовать процесс обучения и общения детей так, чтобы были удовлетворены социальные и познавательные потребности всех детей – с ограниченными возможностями здоровья и не имеющими таких ограничений.

## **ПРОГРАММА ЦЕНТРА ЭФФЕКТИВНОГО ОБУЧЕНИЯ «ШАГ ЗА ШАГОМ» «СЕМЬЯ И ШКОЛА ПРОТИВ БУЛЛИНГА. СОЗДАНИЕ СИСТЕМЫ ПОДДЕРЖКИ ИНКЛЮЗИВНОГО ОБУЧЕНИЯ»**

Программа посвящена преодолению сомнений, недоверия и критического отношения у школьников и их родителей к инклюзивному обучению. Направлена на объединение усилий педагогов и родителей по созданию в школе благоприятной среды для обучения детей с разными возможностями здоровья.

Программа включает мероприятия для школьников,



родителей и учеников, а данная брошюра содержит методические материалы к Программе для всех групп участников.

### **ПОЧЕМУ НУЖНО НАЧИНАТЬ С ОРГАНИЗАЦИИ ПОДДЕРЖИВАЮЩЕЙ СРЕДЫ В ШКОЛЕ?**

В школе могут быть созданы все условия: безбарьерная среда, адаптированные программы и учебники, педагоги, прошедшие специальную подготовку, а здоровые дети и их родители могут не принимать детей с особенностями развития и даже устроить их травлю.

### **ВОЗМОЖНОСТИ ПЕДАГОГОВ ПО СНИЖЕНИЮ АГРЕССИВНЫХ ДЕЙСТВИЙ МЕЖДУ УЧЕНИКАМИ**

Успех адаптации и интеграции детей с ограниченными возможностями здоровья в школе во многом зависит от умения педагогов предупреждать агрессивное отношение одноклассников к ребенку или подростку с особенностями. И, конечно, от знания и умения точно отреагировать на попытку травли, чтобы пресечь ее, а не «спрятать от лишних глаз». При этом взрослые должны направить свое внимание не только на пострадавших детей



и их обидчиков, а на сообщество учеников в целом – вывести как можно больше ребят из роли пассивных наблюдателей травли. Важно активизировать способность большинства ребят к уверенному выражению своей позиции и совместной защите одноклассников от обидных действий сверстников.

### **СЦЕНАРИИ ИНТЕРАКТИВНЫХ УРОКОВ «НЕ НАДО, БРАТЦЫ ДРАТЬСЯ, А НАДО ЗАСТУПАТЬСЯ!» ДЛЯ УЧЕНИКОВ 3-4 КЛАССОВ**

Представляем Вашему вниманию сценарии профилактических уроков для учеников начальной школы, разработанные в

рамках Программы «Семья и школа против буллинга. Создание системы поддержки инклюзивного обучения». Именно в младшем школьном возрасте дети наиболее уязвимы к насмешкам и издевкам одноклассников. А профилактические мероприятия, проводимые для учеников начальной школы, закладывают культуру толерантных отношений и неприятия насилия в школьной среде на многие годы вперед.

Интерактивные уроки «Все включены – дружить и учиться вместе» и «Не надо, братцы, драться, а надо заступаться» были успешно проведены командой тренеров АНО Центр эффективного обучения «Шаг за шагом» в начальных классах ГБОУ школы № 2055 в 2016-



2017 учебном году и в начальных классах ГБОУ школы №518 в 2017-2018 учебном году.

Мы предлагаем вам с помощью вновь созданных и

специально отобранных для уроков материалов научить учеников младшего школьного возраста принятию различий, сплоченности



и противодействию буллингу (травле).

Умение выстоять в сложной ситуации общения, обосновать свою позицию и, если надо, защитить себя или своего партнера – все эти

способности закладываются в детстве, а впоследствии развиваются и укрепляются. Эти навыки привлекают все большее внимание общества и влияют на успешность и стрессоустойчивость учеников



в будущем. Способность быть толерантным все чаще является необходимым условием того, чтобы быть успешным.

Однако сформировать у младших школьников навыки сотрудничества и терпимое, а тем более уважительное отношение к различиям между людьми - непросто. Важно, как именно выстроить эту работу. Если взрослые видят свою воспитательную задачу в том, чтобы разъяснять правила поведения в школе, хвалить учеников за хорошее поведение, а за неправильное – осуждать и критиковать, – по сути действия вроде бы верные, но часто не срабатывают. Некоторые школьники как будто намеренно пытаются нарушить известные им правила

поведения. Выходит - можно отлично знать, что правильно, а что нет, но при этом не переносить правило на свою жизнь. А вот как проложить «мостик» от знания к действию?

Наш ответ – через игру, исследование и практику. Именно в тех жизненных ситуациях, которые близки детям в настоящее время, соответствуют их возрасту, сегодняшнему времени. Поэтому важно подобрать актуальные учебные ситуации и сформулировать вопросы для обсуждения так, чтобы они были посильными, но при этом интересными и не слишком простыми. Чтобы развить социальную интуицию и коммуникативную компетентность, ребятам нужно

попробовать разные способы общения – все те, которые им кажутся действенными, прочувствовать и увидеть своими глазами последствия ошибочных и верных слов и поступков, а после этого совершить выбор самого лучшего для них из всех опробованных вариантов. Взрослым следует чаще концентрировать внимание учеников на том, что у человека всегда есть выбор, как поступить. И что ребята – достаточно способные и хорошие, чтобы действовать с уважением к себе и к другим, никого не обижая.

Разыгрывая учебные ситуации, ученики также могут научиться реагировать на некорректное или агрессивное поведение других детей, поддерживать и защищать друг друга, сохранять устойчивые дружеские отношения.

## **ФЛЭШ-КАРТА (ПАМЯТКА) ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ И УЧИТЕЛЕЙ**

Для родителей школьников в брошюре представлены помогающие материалы о том, как заметить, что ребенок стал жертвой или зачинщиком буллинга (травли), и как действовать взрослым. В рамках Программы для них были проведены тематических родительские собрания

«Инклюзивное обучение: барьеры и преимущества» и «Как говорить с детьми о различиях между людьми?»

Вниманию педагогов предлагаем материал о том, как реагировать на ссоры учеников, чтобы не спровоцировать усиления агрессивных действий между ними, а напротив «включить» способности ребят к самостоятельному разрешению разногласий и примирению.

Материал «Как корректно говорить об инвалидности» будет интересен и родителям, и учителям. Он поможет ответить на вопросы детей, которые впервые оказались в инклюзивном классе и могут испытывать смятение, страх или другие сильные чувства при непосредственном общении с детьми с особенностями. Если никто не ответит детям на их вопросы – это может привести к агрессивным действиям между детьми с инвалидностью и здоровыми детьми вплоть до травли.

Опыт психологического сопровождения интегративных детских групп специалистами проекта показывает, что благоприятные изменения, поддерживающую инклюзивную среду, запускают в первую очередь досуговые мероприятия для детей, профилактические и просветительские мероприятия для родителей школьников.



В ходе реализации программы мы пригласили в школу детский инклюзивный театр «Таганка Шед». После представления было устроено обсуждение спектакля. Эта беседа помогла начать тему дружбы и совместного обучения детей с особенностями со своими сверстниками в одной школе. Такое обсуждение можно провести и с помощью других мероприятий – участия школьников в благотворительной акции, фестивале, или связать с просмотром фильма о жизни ребенка с ограниченными возможностями здоровья (Рекомендуем использовать фрагменты о детстве главного героя из фильма «Перед классом» (2009, реж. Питер Уэрнер), мультфильм «Подарок» (2015, мультипликатор Якоб Фрей)).

Благодаря профилактическим мероприятиям, как правило, удается достичь одобрения и принятия родителями совместного обучения и проведения досуга здоровых детей с детьми с ограниченными

возможностями здоровья. После этого ученики легче и быстрее перенимают культуру толерантного отношения к детям с особенностями, заданную взрослыми – педагогами и родителями. Таким образом, решающий фактор успеха – это системный подход в организации поддержки инклюзивного обучения, его профилактический характер и направленность на все сообщество учеников без исключения, начиная с начальной школы.

### **Романовская**

#### **Галина Владимировна,**

психолог, тренер GTZ, руководитель программы «Семья и школа против буллинга. Создание системы поддержки инклюзивного обучения», автор-разработчик сценариев профилактических уроков «Не надо, братцы, драться, а надо разобраться», эксперт Национального фонда защиты детей от жестокого обращения.

# ПРИМЕРНЫЙ ПЛАН УРОКА 1

для учеников 3-4 классов


## ЦЕЛЬ

- Информировать учеников о том, что такое инклюзивное обучение.
- Мотивировать учеников к совместному обучению и дружбе с детьми с ограниченными возможностями здоровья.

## ЗАДАЧИ

- Обсудить с учениками, в чем польза инклюзивного обучения.
- Познакомить с корректными названиями особенностей людей с ограниченными возможностями здоровья.
- Рассказать об истории появления инклюзивного театра «Таганка Шед».
- Дать возможность ученикам проговорить их чувства и сомнения по отношению к дружбе с особым сверстником.
- Договориться о совместном изготовлении подарка для театра «Таганка Шед» - реквизита и костюмов для их спектакля.

## ХОД УРОКА

Содержание	Рекомендации для педагога
<p><b>1. ИНФОРМАЦИОННЫЙ БЛОК.</b> <b>ЧТО ТАКОЕ ИНКЛЮЗИЯ?</b></p> <p><b>Инклюзия</b> – в переводе с латинского языка означает «включение». Это слово используется, когда говорят о совместном обучении здоровых детей и детей с инвалидностью или ограниченными возможностями здоровья.</p> <p>Ограниченные возможности здоровья – это такие нарушения здоровья или особенности ребят, которые отличают их от других ребят, мешают им полностью раскрыть их способности и таланты. Особенности здоровья могут быть сильно заметны и мало заметны. Так бывает, когда дети рождаются или становятся глухими (вежливо и необидно говорить «слабослышащими»), немыми («неговорящими»), слепыми («незрячими или слабовидящими»). Дети с ограниченными возможностями здоровья - так еще говорят о людях, которые не могут двигаться без специальных приспособлений.</p>	 <p>▶ В начале урока объясните ученикам, что классный час будет посвящен людям с ограниченными возможностями здоровья или, как еще говорят, людям с особенностями. Спросите ребят, как они понимают значение слов «инклюзия» и «инклюзивный»? (Слышали ли они об инклюзивном обучении? Кто из них видел недавнее представление инклюзивного театра в школе?)</p>

Или о детях, которые выглядят обычно, но не могут общаться и разговаривать как все. Бывает, что им очень трудно учиться вместе с остальными из-за того, что их мозг устроен по-другому (иначе работают их память, внимание, мышление). Ребята с особенностями здоровья могут учиться по этой же программе, но медленнее или другим способом.

И – что особенно важно и грустно для таких детей – бывает, что их отличия не дают им подружиться с другими детьми, почувствовать себя такими же как все. Почему так происходит? Это зависит от нас, здоровых людей. А происходит так потому, что мы не обращаем на них внимания и предпочитаем выбирать себе здоровых друзей. Но ведь если человек плохо слышит – ему трудно петь или рассказывать смешные истории, зато он может прекрасно рисовать, бегать или играть в бадминтон.

А если мальчик или девочка не могут ходить, они вполне могут играть в настольные игры, быть очень наблюдательными и хорошими рассказчиками. Многие из них не могут ходить, но могут научиться плавать не хуже обычных сверстников.

Если же вдруг в семье появляется ребенок с синдромом Дауна, благодаря занятиям с родителями и специалистами он может научиться говорить и понимать других, рисовать, играть на музыкальном инструменте и, конечно, очень рад, если с ним хотят играть и общаться.

Все дети с нарушениями здоровья так же, как и остальные ребята, любят мультики, мороженое, сюрпризы и веселые занятия. И так же, как и здоровые ученики, могут учиться в школе – только одним детям учеба дается легче, а другим труднее. Но вот что удивительно – в компании здоровых сверстников особые ребята зачастую учатся лучше. Как вы думаете, почему?

► Можно написать на доске вежливые (корректные) термины вместо более популярных, но обижаящих слов (которыми называют разных «людей с особенностями» (вместо менее корректного слова «инвалиды»). См. приложение 1.

► Поинтересуйтесь, есть ли у кого-то из ребят друзья или знакомые с ограниченными возможностями. Что они могут рассказать о своей дружбе?

(Возможные ответы: им помогает пример, помощь одноклассников, стремление быть такими же как остальные).

## 2. ПРОСМОТР МУЛЬТФИЛЬМА «ПОДАРОК»

Давайте посмотрим мультфильм «Подарок» на эту тему. (мультипликатор Якоб Фрей, короткометражный мультфильм «Подарок», 2015 г.).

### Вопросы для обсуждения:

- Понравился ли вам мультик?
- Какие чувства у вас вызвал герой мультфильма – мальчик в начале фильма? (Примерные ответы: не понравился, негодование, неприязнь, обиду за щенка). А щенок?
  - Почему мальчик не хотел играть с ним и так грубо обходился поначалу? (Возможные ответы: он обиделся и рассердился на маму – подарив ему щенка без лапки, она тем самым намекнула ему на то, что он сам без ноги, поэтому и дружить должен с такими же).
  - Что именно заставило мальчика оставить игру на компьютере и пойти поиграть со щенком?
  - Чему песик научил своего друга мальчика?
  - Какое мы можем дать объяснение поведению мальчика в начале фильма? Давайте пофантазируем. Отчего он мог так ожесточиться? (У него нет друзей, целыми днями сидит за компьютером, стесняется того, как выглядит).

Дружба – отличный подарок для особых детей. Многие из них одиноки.

На этом и следующих уроках мы будем рассказывать о детях с особенностями. Верим, что это поможет вам найти новых друзей, не стесняться знакомиться и дружить с ребятами с ограниченными возможностями здоровья.

► Важно вывести ребят при обсуждении мультфильма на тему дружбы, как способа преодоления жизненных невзгод; ценности умения видеть хорошее вокруг. Обсудить, что одиночество и отсутствие друзей может ожесточить человека, сделать его раздражительным и даже жестоким.

► Если в нашей жизни встречается существо или человек, который излучает радость несмотря ни на что – это большой подарок.

Помогите ребятам заметить и «проговорить» свои чувства. Это важно, так как чувства, возникающие при просмотре этого мультфильма сходны с теми, которые испытывают дети при знакомстве с их сверстниками с ограниченными возможностями. Если ребятам удастся заметить у себя печаль, боль и страх, поблагодарите их и похвалите за то, что они их заметили. Объясните, что эти чувства очень важны, потому что помогают лучше понимать других людей, заботиться о них. А если подружиться с человеком, встреча с которым вызвала сложные чувства, то со временем привыкаешь и уже чувствуешь себя спокойно, так же, как с другими детьми. Спросите у ребят, может ли кто-то из них подтвердить, что это действительно так?

### **3. ГРУППОВАЯ РАБОТА «ЧТО МЕШАЕТ ПОДРУЖИТЬСЯ ОБЫЧНЫМ И ОСОБЕННЫМ ДЕТЯМ?»**

Что еще может помешать подружиться обычным ребятам и ребятам с ограниченными возможностями здоровья? (У обычных ребят и их сверстников с особенностями бывают сомнения, стоит ли им дружить друг с другом. Ребята с особенностями опасаются, что их будут обижать и смеяться над ними. А их обычные сверстники могут не понимать, во что можно играть вместе. Нужно помогать во всем детям с ограниченными возможностями здоровья и делать все за них или поступать как с обычными детьми и делать вид, что не видишь различий? Можно ли спрашивать ребят о их проблемах со здоровьем или это невежливо?)

Если узнать ответы на все эти вопросы, и просто попробовать, оказывается дружить и учиться вместе совсем несложно. Нужно только захотеть, и все получится.

► *Выслушайте и запишите на доске ответы ребят. Если сначала процесс идет трудно, предлагайте свои версии.*

*Например: здоровые ребята могут сомневаться:*

*«А вдруг другие обо мне подумают, что я тоже не здоров?»*

*«А вдруг надо мной будут смеяться?»*

*Особые ребята могут думать:*

*«Обычные ребята не хотят дружить со мной, они стыдятся считать меня своим другом».*

*«Если предложу дружить, они будут надо мной смеяться».*

#### 4. ИСТОРИЯ О ТЕАТРЕ «ТАГАНКА ШЕД»

Знаете ли вы, что существуют не только инклюзивные школы и детские сады. Театр тоже может быть инклюзивным. Например, в Москве работает детский инклюзивный театр «Таганка Шед». В нем занимаются вместе обычные дети и дети с ограниченными возможностями здоровья. Спектакли, которые они показывают, полностью придуманы самими ребятами.

У этого театра интересная история появления. Вы знаете, что означает слово «Шед»? «Чикен Шед» (Chicken Shed) в переводе с английского значит «сарай» или «курытник». Как вы думаете, почему театр назвали так странно – «сарай»? Дело в том, что самые первые репетиции «Чикен Шед» проходили именно в сарае, совсем маленьком помещении без каких-либо удобств. У молодых актеров не было своего помещения, и они репетировали там. Зато у них были родственники – дети с особенностями, которым нечем было заняться. Здоровым братьям и сестрам из числа актеров нужно было за ними присматривать. Поэтому они были с ними тут же, в этом сарае. Постепенно особые ребята тоже включились в репетиции. Им это так понравилось, что у них стало все лучше получаться и со временем они смогли играть небольшие роли. И вот театр под странным названием «Курятник» начал выступать перед жителями села со своими необычными представлениями.

Никто и не ожидал, что маленький театр так понравится зрителям! Все стремились попасть на представление. О необычном театре услышали жители соседних сел, а затем и городов. Ребятам стали приглашать на гастроли. Через некоторое время они стали так популярны, что уже невозможно было приехать ко всем желающим пригласить их к себе. «Chicken Shed» гастролитовал по всей Европе.

► Спросите ребят, кто смог посмотреть представление театра «Таганка Шед»? Как им понравилось? Заметили они, что это необычный театр или это было совсем незаметно?

► Расскажите, что однажды актеры театра «Чикен Шед» придумали пристегнуть своих друзей – ребят, не имевших ног, к спине. И хотя бы на час – то время, что продолжался спектакль – ребята с инвалидностью могли передвигаться по сцене «ногами своих друзей». Их сильные товарищи повернулись спиной к зрительному залу, так что лиц не было видно, длинные костюмы прикрывали ноги актеров, и складывалось впечатление, что это ходят дети, для которых в жизни ходить самим было невозможно. Зрители были потрясены увиденным!

Театр получил свое помещение и стал обучать актеров из других городов и стран. За 30 лет проект вырос до размеров международного, теперь это крупнейший инклюзивный театр на Западе.

В России у этого театра тоже есть свои друзья и ученики. Это театр «Таганка Шед» в Москве и театр «Шедеврики» в Санкт-Петербурге.

**Обсуждение.** «Почему инклюзивный театр стал так популярен? Что он давал почувствовать зрителям?»

(Возможные ответы: это был слишком необычный театр – не такой как все. Зрители не могли поверить, что люди с инвалидностью могут быть хорошими актерами и хотели увидеть этот театр собственными глазами).

Они видели, что выступающие перед ними актеры не имели возможности говорить, петь или танцевать, и даже просто самостоятельно двигаться, и вопреки этим ограничениям **преодолевали свой страх** и выходили на сцену как актеры. Их смелость и уверенность передавалась зрителям и очень их воодушевляла.

Кроме того, актеры были настолько сплочены и так поддерживали и помогали друг другу на сцене, что это впечатляло гораздо больше, чем чудесные фокусы или красивые декорации. Зрители понимали, что **дружба и взаимоподдержка – это то, что делает нас лучше и сильнее. Не только людей с ограниченными возможностями, а всех без исключения.**

В нашей программе мы предложили ребятам сделать ответный дружеский шаг – приготовить для ребят из инклюзивного театра сюрприз: сделать для них своими руками театральные реквизиты.

► Как вам кажется, что чувствовали и о чем думали зрители во время этого спектакля?

► Расскажите ребятам о благотворительности. Разузнайте о ближайших благотворительных акциях и фестивалях и предложите ребятам поучаствовать в



них вместе. В нашей программе мы посвятили следующий урок изготовлению театрального реквизита для инклюзивного театра.

## 5. ОБЪЯВЛЕНИЕ. «КАК ЗАПИСАТЬСЯ В ТЕАТР ТАГАНКА ШЕД?»

Если:

- вам нравится театр, и вы хотите научиться актерскому мастерству;
- вы хотите играть на сцене в настоящем спектакле;
- вам интересно подружиться с ребятами из инклюзивного театра
  - вы можете записаться в инклюзивный театр «Таганка Шед» и стать его участником.

Занятия в театре бесплатные.

### Телефоны для записи:

- 8 (926) 727-12-36 (Алексей);
- 8 (916) 991-73-53 (Ярослава).

### Адрес:

Москва, метро «Марксистская»,  
Марксистский пер., 3  
(рядом с Таганским детским парком).



► Цветное объявление для класса с контактными данными для записи, именем руководителя адресом инклюзивного театра «Таганка Шед».





## КАК ПРАВИЛЬНО ГОВОРИТЬ ОБ ИНВАЛИДНОСТИ

«Инвалид», «человек с ограниченными возможностями», «прикованный к коляске» – подобные выражения режут слух – так говорить не стоит.

Слова, которые мы произносим, и смысл, который в них вкладываем, не просто очень важны – они способны создавать стереотипы или разрушать их. А это формирует самооущение человека, с которым мы общаемся. Отношение к инвалидности меняется, и некоторые слова, которые когда-то были нормой, сейчас считаются некорректными.

**Слова и выражения, которые ПРАВИЛЬНО УПОТРЕБЛЯТЬ, общаясь с людьми с инвалидностью:**

- человек с инвалидностью;
- человек с ограниченными возможностями здоровья;
- незрячий (слабовидящий), неслышащий (слабослышащий), с инвалидностью по зрению (слуха);
- человек (ребенок) с синдромом Дауна;
- человек (ребенок) с ДЦП;
- человек, использующий инвалидную коляску;

- человек с ментальной инвалидностью, ребенок с особенностями (психического, эмоционального) развития.

**Сравните:** человек без инвалидности.

**НЕКОРРЕКТНО ЗВУЧИТ:**

- инвалид;
- человек с ограниченными возможностями;
- больной, с проблемами здоровья;
- жертва болезни или несчастного случая, страдающий заболеванием, прикованный к коляске;
- парализованный, глухой или слепой;
- даун, слабоумный, отстающий в развитии, умственно неполноценный;
- страдающий ДЦП, дэцэпэшник.

### ПОЧЕМУ?

При общении с любым человеком мы определяем его через личные, а не через физиологические качества. Это как с социальными ролями – когда один и тот же человек одновременно может быть мамой, милиционером,

собачником, управдомом и коллекционером кактусов. Все эти роли связаны с личностью человека, его увлечениями, склонностями и способностями.

Но если мы начнем определять человека через его физическое состояние или, тем более, через болезнь, мы автоматически отказываем ему в проявлении этих личных качеств, склонностей и способностей. Так, называя человека «инвалидом», мы даем ему определение, которое переводится, как «неспособный». «Инвалидность» же – это не определение, а описание физиологического состояния, в котором человек находится в данный момент. И говоря «человек с инвалидностью», мы ставим на первое место слово «человек», подразумевая, что тот, о ком идет речь, может играть много других социальных ролей, и его жизнь не ограничивается этой самой инвалидностью. Важно также, что говоря так, мы не исключаем, что это временное состояние.

По той же причине некорректно использовать определения человека через болезнь – «даун», «слепой», «парализованный».

Отдельно хочется сказать о наболевшем – «человек с ограниченными возможностями». Вдумайтесь. Правильно ли допустить, что, называя кого-либо

таким образом, мы подразумеваем, что есть еще и «люди с неограниченными возможностями»? Есть термин «человек с ограниченными возможностями здоровья» или «человек с ОВЗ». Это скорее медицинский термин, но он все же более уместен.

## **КОРОЧЕ – НЕ ЗНАЧИТ ЛУЧШЕ**

Проще произнести «инвалид», чем «человек с инвалидностью». Но на самом деле, все эти неудобные дополнительные предлоги – это такие мостики, которые незаметно переводят нас от чувства жалости, сострадания или негатива – к уважению и нормальному человеческому общению.

**ПРИМЕР.** Как-то раз мы с детьми гуляли на детской площадке, и к Алешке подошел мальчик. Он внимательно рассмотрел коляску, а потом спросил (у меня): «Он что, инвалид?» Я немного растерялась и ответила: «Ээээ... Нуу... Ну, он на коляске». Мальчик выдохнул: «Ой, ну, слава Богу, а то я уж подумал, что он инвалид» Ну, и пошли ребята играть...

## **10 ОБЩИХ ПРАВИЛ ЭТИКЕТА, СОСТАВЛЕННЫХ ЛЮДЬМИ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ ИЗ РАЗНЫХ СТРАН**

*Из пособия «Культура общения с людьми с инвалидностью – язык и этикет». РООИ «Перспектива», С.А. Прушинский*

1. Когда Вы разговариваете с человеком с инвалидностью, обращайтесь непосредственно к нему, а не к его сопровождающему или сурдопереводчику, которые присутствуют при разговоре. Не говорите о присутствующем человеке с инвалидностью в третьем лице, обращаясь к его сопровождающим, – все Ваши вопросы и предложения адресуйте непосредственно к этому человеку.

2. Когда Вас знакомят с человеком с инвалидностью, вполне естественно пожать ему руку – даже те, кому трудно двигать рукой, или кто пользуется протезом, вполне могут пожать руку (правую или левую), что вполне допустимо.

3. Когда Вы встречаетесь с человеком, который плохо или совсем не видит, обязательно называйте себя и тех людей, которые пришли с Вами. Если у Вас общая беседа в группе, не забывайте пояснить, к кому в данный момент Вы обращаетесь и назвать себя. Обязательно предупреждайте вслух, когда Вы отходите в сторону (даже, если отходите ненадолго).

4. Если Вы предлагаете помощь, ждите, пока ее примут, а затем спрашивайте, что и как делать. Если Вы не поняли, не стесняйтесь – переспросите.

5. Обращайтесь с детьми с инвалидностью по имени, а с подростками и старше – как со взрослыми.

6. Опирайтесь или повиснуть на чьей то инвалидной коляске – это тоже самое, что опираться или повиснуть на ее обладателе. Инвалидная коляска – это часть неприкасаемого пространства человека, который ее использует.

7. Разговаривая с человеком, испытывающим трудности в общении, слушайте его внимательно. Будьте терпеливы, ждите, пока он сам закончит фразу. Не поправляйте и не договаривайте за него. Не стесняйтесь переспрашивать, если вы не поняли собеседника.

8. Когда Вы говорите с человеком, пользующимся инвалидной коляской или костылями, расположитесь так, чтобы Ваши и его глаза были на одном уровне. Вам будет легче разговаривать, а вашему собеседнику не понадобится запрокидывать голову.

9. Чтобы привлечь внимание человека, который плохо слышит, помашите ему рукой или похлопайте по плечу.

Смотрите ему прямо в глаза и говорите четко, хотя имейте в виду, что не все люди, которые плохо слышат, могут читать по губам. Разговаривая с теми, кто может читать по губам, расположитесь так, чтобы на вас падал свет и Вас было хорошо видно, постарайтесь, чтобы Вам ничего не мешало и ничто не заслоняло Вас.

10. Не смущайтесь, если случайно сказали: «Увидимся» или: «Вы слышали об этом...?» тому, кто на самом деле не может видеть или слышать. Передавая что либо в руки незрячему, ни в коем случае не говорите «Пощупай это»

– говорите обычные слова «Посмотри на это».

Не стесняйтесь спрашивать, как будет правильнее, у самих людей с инвалидностью.

Выбирая слова, просто задумайтесь и примерьте их на себя – и многое прояснится само собой. И в конце концов, наши слова – это привычка, а хорошие привычки многое меняют к лучшему.

**Марина Потанина,**

Президент фонда  
«Детям о детях» и мама.

Источник: [kidz2kidz.ru](http://kidz2kidz.ru).

## ПРИМЕРНЫЙ ПЛАН УРОКА 2

для учеников 3-4 классов


### ЦЕЛЬ

- Мотивировать учеников к совместному обучению и дружбе с детьми с ограниченными возможностями здоровья.
- Дать прочувствовать ценность взаимоподдержки в классе.

### ЗАДАЧИ

- Продолжить знакомство с культурой общения с людьми с ограниченными возможностями здоровья.
- Потренироваться в общении с людьми с ограниченными возможностями здоровья на примере модельных ситуаций.
- Обсудить возможности преодоления трудностей, которые возникают в жизни человека, когда он чувствует себя в чем-то слабее других.

### ХОД УРОКА

Содержание	Рекомендации для педагога
<p><b>1. ПРОДОЛЖЕНИЕ ТЕМЫ «ИНКЛЮЗИЯ»</b></p> <p>Отношение в обществе к людям с инвалидностью постепенно меняется. Оно становится все более гуманным, добрым, принимающим. Появляется все больше специалистов, медицинских средств – все это может сделать жизнь людей с инвалидностью полнее и счастливее.</p> <p>Люди заметили, что дети с ограниченными возможностями здоровья быстрее и лучше развиваются рядом со своими обычными сверстниками. Совместное обучение идет на пользу и здоровым детям. Как вы думаете, почему? (Примерный ответ: «Они становятся добрее, учатся ставить себя на место другого человека»).</p> <p>Приходилось ли вам общаться, играть или ухаживать за людьми с особенностями? Расскажите, чему научил вас этот опыт?</p>	 <p>► <i>Напомните ребятам о теме предыдущих занятий, поинтересуйтесь, захотели ли кто-то из них узнать больше о жизни людей с ограниченными возможностями здоровья, познакомьтесь с кем-либо из них.</i></p>

### **Говорят дети:**

«У моей мамы есть подруга. А у нее растет маленькая слабослышащая дочка. Она такая милая. Мы с мамой придумали сшить для нее в подарок «сенсорную книгу», чтобы девочка могла с ней играть и уже сделали несколько страничек»

Важно помнить, что дети могут смущаться, рассказывая о своих родственниках с инвалидностью – необходимо поблагодарить их и сказать что-то приятное об их друзьях или родных с инвалидностью.

► Этот классный час поможет ребятам потренироваться в общении с детьми с ограниченными возможностями здоровья.

► Напишите на доске с помощью ребят вежливые (корректные) термины вместо более популярных, но обидящих слов, которыми называют разных «людей с особенностями» (вместо менее корректного слова «инвалиды»).

Не глухие – а **НЕСЛЫШАЩИЕ** или **СЛАБОСЛЫШАЩИЕ**.

Не слепые – а **СЛАБОВИДЯЩИЕ**, **НЕЗРЯЧИЕ**.

Не инвалид - а **ЧЕЛОВЕК С ИНВАЛИДНОСТЬЮ**.

Не отстающий в развитии, недоразвитый, умственно отсталый –

а **ЧЕЛОВЕК С ОСОБЕННОСТЯМИ РАЗВИТИЯ**.

Объясните разницу между словами «слабо» и «плохо».

► Поинтересуйтесь, есть ли у кого-то из ребят друзья или знакомые с ограниченными возможностями. Что они могут рассказать о своей дружбе?

## УЧЕБНЫЕ СИТУАЦИИ

**Задание:** найти ошибки в поведении ребят.

### Ситуация 1

Петя и Дима захотели познакомиться с мальчиком, который приехал на игровую площадку в инвалидной коляске. Его привезла сюда мама. Петя подошел к нему, заглянул в лицо, улыбнулся и сказал: «Привет! Я – Петя, можно с тобой познакомиться?»

А Дима спросил у мамы мальчика: «Здравствуйте, скажите, пожалуйста, как зовут вашего сына. Что с ним? Он может разговаривать? Я бы хотел познакомиться с вашим сыном, скажите ему об этом».

Кто из ребят поступил правильно и почему?

### Ситуация 2

Новая ученица не справилась с простым заданием по математике и очень расстроилась. Вера подошла к ней на перемене и говорит: «Да ладно, не расстраивайся, со всеми бывает. Давай поиграем». А Лена, подруга Веры, говорит: «Не позорься и не играй с ней. Она – глупая. А то я с тобой дружить не буду. Не хочу, чтобы над нами смеялись!»

Кто поступил верно? Что делать Вере?

### Ситуация 3

У Тани есть одноклассница Надя, которая заикается, когда говорит с ней. Таня помогает ей и подсказывает слова, которые Надя не может сразу выговорить. Правильно ли поступает Таня? А как нужно сделать?

### Ситуация 4

«Я (мой помощник) – ученик, который пришел (пришла) учиться в ваш класс. Я плохо слышу. Вы хотите меня о чем-то спросить,

► *Задания на карточках (зачитывает ведущий и обсуждает со всем классом).*

► *В случае затруднений стоит вызвать учеников к доске и разыграть ситуацию. Важно, чтобы правильные действия находили сами ребята, а не взрослые – учитель или психолог.*

как вы привлечете мое внимание?» Дать нескольким ребятам попытку привлечь внимание слабослышащего человека.

### **Ситуация 5**

«Я плохо вижу (не вижу совсем). Как вы поступите, желая заговорить со мной?»

### **Ситуация 6**

Сереза – веселый, общительный, вокруг него всегда много одноклассников. Костя хотел бы с ним подружиться, но не решается подойти. Он думает: «Разве Сереза захочет со мной дружить? Я ведь не могу бегать и у меня такие некрасивые лечебные ботинки. Некоторые даже обзывают меня. Лучше мне быть одному».

Что делать Косте? А если бы Костя был вашим младшим братом, чтобы вы ему посоветовали?

## **2. ПРОСМОТР ВИДЕО**

### **«ВОТ КАК НАДО ПОДДЕРЖИВАТЬ!»**

Давайте посмотрим видео на эту тему.  
Просмотр – 2,5 минуты.

#### **Вопросы для обсуждения**

- Это произошло в японской школе. Что за историю вы увидели? Как вы ее поняли?
- Скажите, кому бы хотелось оказаться на месте этого мальчика? Почему?
- Как вам кажется, что он чувствовал до того, как к нему подбежали ребята?
- А что произошло с ним после их поддержки?
- Как вам кажется, что ребята кричали ему? Какое это было слово? Что оно означало? («Ты справишься! У тебя получится! Мы с тобой! Мы – за тебя!»)
- Случалось ли что-то похожее в вашем классе?
- Как вы думаете, смогли бы вы поддержать кого-то из мальчиков или девочек вашего класса?
- А что, если нам попробовать? Как вы дума-

► Ссылка на видео «Вот как надо поддерживать»:  
[https://www.youtube.com/watch?v=vbGIL8QS4\\_s&t=27s](https://www.youtube.com/watch?v=vbGIL8QS4_s&t=27s)

► Если кто-то из ребят решится получить поддержку класса, важно ободрить его, настроить, возможно встать за его спиной. Попросить нескольких ребят встать вокруг или взяться за руки с пожелавшим учеником (выбор за ним самим) и хором сказать придуманные классом слова поддержки.



<p>ете, кому нужна сегодня поддержка (ему или ей завтра предстоит что-то важное, или возникли какие-то трудности с учебой, из-за которых он или она чувствует себя неуверенно?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Нет таких? Может, кого-то часто обзывают?</li> </ul> <p>Давайте договоримся, что если с кем-то из ребят что-то неприятное произойдет, мы попробуем ему так помочь, а сейчас просто потренируемся. Кто-то встает в центр круга, а остальные вместе произносят «Ты – хороший. У тебя получится. Мы в тебя верим!»</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Как вы думаете, могла бы такая поддержка помочь Косте (см. учебная ситуация №6) стать увереннее?</li> </ul>	<p><i>Спросить ребенка, что он почувствовал? Как ему сейчас?</i></p> <p><i>Спросить ребят – как им понравилось? Что почувствовали они?</i></p> <p><i>Спросить, кто еще хотел бы услышать слова поддержки от целого класса? Дать возможность получить поддержку класса еще одному-двум желающим.</i></p> <p>► <b>Примечание.</b> Ритуал «Круг поддержки» следует проводить только при серьезном настрое ребят и согласии ученика, которому окажут поддержку.</p>
<p><b>3. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ УРОКА</b></p> <p>Упражнение Клауса Фопеля «Облака настроения» (см. приложение).</p>	<p>► <i>Подготовьте заранее бланки с рисунками облаков и примером заполнения.</i></p>

## «ОБЛАКА НАСТРОЕНИЯ»

### **ЗАДАНИЕ ДЛЯ УЧЕНИКОВ:**

Нарисуйте на левой половине листа бумаги 4 серых облака и напишите в каждом одну свою «трудную» мысль, начинающуюся со слов «Мне трудно...». Например: «Мне скучно постоянно играть одному (с младшим братом/сестрой)» или «Мне трудно выходить и отвечать у доски». Правая половина листа бумаги должна пока оставаться свободной.

(На выполнение отведите 5-7 минут).

Рядом, на правой половине листа, нарисуйте 4 светлых цветных облака, в которых превратите каждую свою «трудную» мысль в обнадеживающую. Например: «Я справлюсь с этим...» или «Мне поможет с этим справиться...».

### **ЗАДАНИЕ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ И ВОПРОСЫ ДЛЯ СОВМЕСТНОГО ОБСУЖДЕНИЯ**

Попросите детей рассказать о том, что у них получилось. Поощрите за уверенность и умение позитивно себя настраивать.

Почему некоторым людям редко приходят в голову хорошие мысли о себе?

Что можно сделать для того, чтобы чаще думать о себе хорошо?

Предложите подобрать позитивную пару к облачку: «У меня не получается подружиться с ...». «Мне не по себе, когда я ошибаюсь, а ребята смеются...»

## ПРИМЕРНЫЙ ПЛАН УРОКА 3

для учеников 3-4 классов

### ЦЕЛЬ

• Научить школьников правильным действиям при столкновении с буллингом.

### ЗАДАЧИ

- Познакомить учеников с тем, что такое школьная травля, или буллинг.
- Обсудить, как не допустить буллинга (травли, насилия) в классе.
- Дать понять детям, что можно научиться предупреждать конфликты и не давать себя в обиду.

### ХОД УРОКА

Содержание	Рекомендации для педагога
<p><b>1. ЧТО ТАКОЕ «БУЛЛИНГ»?</b></p> <p>На прошлом уроке мы обсуждали, насколько важную роль в отношениях людей играет взаимоподдержка. Если в классе или в семье поддерживают друг друга – это прекрасно. Имея поддержку, можно пережить любые трудности и невзгоды. (Можно попросить ребят привести подходящий пример). И наоборот – если сплоченности и поддержки нет, то люди в такой среде могут чувствовать себя незащищенными.</p> <p>В школе, если нет поддержки и сплоченности между одноклассниками, может возникнуть буллинг, или травля. Что это такое?</p> <p>Буллинг – это когда <b>один или несколько учеников</b> регулярно обижают одноклассника:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• угрожают,</li></ul>	 <p>► После опроса детей открыть и повесить на доске заранее оформленный плакат с признаками буллинга.</p>

- унижают,
- придумывают оскорбительные клички,
- портят имущество,
- объявляют бойкот (подговаривают всех не разговаривать и не дружить с этим человеком),
- шантажируют,
- вымогают деньги.

Проверьте, как ученики поняли, что такое «буллинг»:

Если два одноклассника поссорились и подрались – это буллинг? (Нет, это случилось один раз, в драке участвовали оба).

Если ученик или ученица нагрубили учительнице? (Нет, это грубость по отношению к учителю, нарушение школьных правил, но это не буллинг).

Если Катя часто высмеивает Аню, называет ее обидными словами, настраивает против нее своих трех подружек?

Если Витю никто и никогда не берет в игру, не общается с ним, никто не хочет сидеть с ним за одной партой – это буллинг? (Возможно, так может выглядеть молчаливое пренебрежение).

Если Витю никто и никогда не берет в игру, не общается с ним, никто не хочет сидеть с ним за одной партой – это буллинг? (Возможно, так может выглядеть молчаливое пренебрежение).

(Пример: в 3 «в» мальчики поначалу не хотели общаться со сверстником из-за «дурацкой прически», но через 2-3 дня узнали его получше и подружились. Вначале – это был буллинг? Нет, нежелание общаться продолжалось недолго).

Даниле на физкультуре часто ставят подножки, он падает и, оглядываясь, ви-

► Отметьте три основные признака буллинга/травли:

- 1) **неравенство сил** (старший против младшего, двое или несколько против одного);
- 2) **продолжительность во времени** (неделя, месяц, год или даже несколько лет);
- 3) **острое переживание травли** человеком, против которого она направлена.

дит смеющихся одноклассников. Никто из них не говорит, кто это сделал. Это буллинг? (Да, потому что несколько смеются над одним; потому что он не знает, кто именно поставил подножку; потому что это происходит часто).

Вера плохо читает. Когда она это делает, многие в классе смеются и передразнивают ее. Это буллинг?

(Да. Несколько человек смеются над одним человеком. Это не добрый дружеский смех, а насмешливый. Вера может чувствовать, что ее считают «хуже других», ей может казаться, что ее презирают.

Боря меньше своих одноклассников по росту и носит очки. Над ним часто посмеиваются из-за этого. Дразнят «Боря – девочка». Однажды новенький сильный мальчик сказал ему: «Отдавай мне свои очки, я их раздавлю!» Он сделал это не потому, что хотел раздавить их на самом деле, а хотел запугать Борю. Боря пожаловался учителю, а некоторые мальчики сказали ему, что он – ябеда.

Как вы думаете, правильно ли поступил Боря?

### **Упражнение «Злые щенки»**

Нужно пригласить к доске 3-4 желающих учеников. После того, как вызвались желающие, спросить, кого из них когда-либо обзывали?

Этот человек будет сидеть на стуле. А двое или трое других будут злыми щенками. Они будут угрожающе лаять на человека на стуле, постепенно к нему приближаясь (важно объяснить ребятам и настроить их, что смеяться нельзя, ла-

► *Цель упражнения: научить детей не терпеть агрессию, когда она становится причиняющей вред. Уметь останавливать неприятные действия сверстников. Учиться говорить останавливающие слова «Стоп! Мне это не нравится!». Обратить*

<p>ять нужно всерьез). Если ученик очень неуверенный, то ведущий урока может встать за его спиной. Если посмелее – то со стороны щенков и помочь им начать лаять без смеха.</p> <p>Задача ученика на стуле – заметить, когда ему будет трудно терпеть и станет неприятно. В этот момент нужно сказать: <b>«Стоп! Мне это не нравится!»</b> Никакие другие слова злых щенков остановить не помогут. Попросить ученика сказать эти слова, уточнить, запомнил ли он их. Отметить, что разных людей он может подпустить к себе на разное расстояние – кого-то ближе, кого-то дальше. Это нормально. Главное, следить за своими ощущениями.</p>	<p><i>внимание ребят, что эти слова очень важны в жизни и помогают в общении. Всегда есть люди, которые не чувствительны к другим и не умеют сами вовремя останавливаться. Важно замечать, что тебе становится неприятно или обидно, НЕ ТЕРПЕТЬ, а требовать остановиться. Это – способность уверенного человека. Каждому нужно научиться говорить такие слова.</i></p> <p><i>Имейте в виду, что труднее всего это упражнение дается ученикам неуверенным и агрессивным (!). Поэтому дайте им попрактиковаться подольше и поддержите. Уверенные, спокойные дети справляются с ним легко. Лучше заранее узнать у классного руководителя, каким детям трудно дать отпор обидчикам и какие из детей чаще всего обижают одноклассников.</i></p>
<p><b>2. ПРАВИЛА САМОЗАЩИТЫ ПРИ БУЛЛИНГЕ</b></p> <p>Что же делать, когда ты замечаешь буллинг? Если ты чувствуешь, что с тобой плохо обращаются?</p> <p><b>Возможные ответы</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Не обращать внимания</b>, как бы не</li> </ul>	

слышать грубые слова (тогда обидчику станет скучно, и он перестанет обзывать). Но это помогает не всегда и только в начале буллинга.

- **Дать грубый отпор** (словами или кулаками). Так чаще всего можно подбросить дров в огонь. Или потерпеть поражение, если силы неравные.

- **Попросить о помощи кого-то из одноклассников**, с кем у тебя хорошие отношения. Когда обидчик начнет унижать тебя или друга – заступиться всем вместе. Сказать, что это травля. Это недопустимо. И что если обидчик будет продолжать, вам придется заявить учителю или завучу. Пока есть угроза, ходить по школе или по дороге домой вместе.

- **Сказать учителю.** Значит ли это быть ябедой? Нет, таковы школьные правила. Тем более, если силы неравные, ведь буллинг – это сильный против слабого или несколько против одного. Обидчик как раз и надеется на то, что тот, кого он обижает, побоится прослыть ябедой, и пользуется этим.

- **Сказать родителям**, если учитель не защитил или не поверил, или ты почему-то не смог ему об этом сказать.

- А если тебе угрожают? («Скажешь кому-то – подкараулим и побьем»).

► По ходу беседы с учениками запишите на плакате правила самозащиты.

- **Не реагировать на клички.**

- **Обратиться за поддержкой к друзьям.**

- **Сказать учителю (психологу).**

- **Сказать родителям.**

► Приготовить и раздать ребятам раздаточный материал. Попросить хранить его у себя в папке, т.к. будем обращаться к нему на следующих занятиях.

### 3. ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ

Объединиться с кем-либо из одноклассников и нарисовать плакат **«Вместе против буллинга!»**. Выбрать на следующем уроке плакат-победитель общим голосованием.

► Раздать ребятам памятку «Правила самозащиты от травли».

### Памятка для учеников

## «ПРАВИЛА САМОЗАЩИТЫ ОТ БУЛЛИНГА (ТРАВЛИ)»

- **Не обращать внимания**, как бы не слышать грубые слова (тогда обидчику станет скучно, и он перестанет обзывать). К сожалению, помогает не всегда и только в начале буллинга.

- **Дать грубый отпор** (словами или кулаками). Помогает редко или совсем не помогает. Так можно «подбросить дров в огонь», то есть усилить буллинг или потерпеть поражение, если силы неравные.

- **Сказать человеку**, что то, что он делает – **это травля**. Это действительно может остановить обидчика. Особенно, если ты скажешь это вместе с другом или одноклассником.

- **Попросить о помощи кого-то из одноклассников**, с кем у тебя хорошие отношения. Когда обидчик начнет унижать тебя или друга – заступиться всем вместе. Сказать, что это травля. Что это недопустимо. И что, если обидчик будет продолжать, вам придется заявить учителю или завучу.

- **Сказать учителю**. Значит ли это быть ябедой? Нет, если силы неравные, обязательно нужно искать защиту. Ведь буллинг – это сильный против слабого или несколько против одного. Обидчик как раз и надеется на то, что тот, кого он обижает, побоится прослыть ябедой, и пользуется этим.

- **Сказать родителям** – если учитель не защитил или не поверил, или ты почему-то не смог ему об этом сказать.

- А если тебе угрожают? («Скажешь кому-то – подкараулим и побьем»). **Пока есть угроза, ходить в школе или по дороге домой вместе с кем-то из друзей и срочно обратиться к взрослым.**



## **ПРИМЕРНЫЙ ПЛАН УРОКА 4**

для учеников 3-4 классов


### **ЦЕЛЬ**

• Научить школьников правильным действиям при столкновении с буллингом.

### **ЗАДАЧИ**

- Повторить с детьми что такое «школьная травля», буллинг.
- Обсудить, как нужно вести себя, если травят тебя или твоего одноклассника.
- Через ролевую игру представить себя на месте защитника, найти способ и остановить обидные действия одноклассника.
- Потренироваться различать уверенное, неуверенное и агрессивное поведение с помощью выполнения теста.

### **ХОД УРОКА**

<b>Содержание</b>	<b>Рекомендации для педагога</b>
<p><b>1. ЧЕМ ОПАСЕН «БУЛЛИНГ»?</b></p> <p>Напомнить ученикам материал предыдущего занятия.</p>	 <p>► <b>Буллинг</b> – это когда один или несколько учеников регулярно обижают одноклассника:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• угрожают,</li><li>• унижают,</li><li>• придумывают оскорбительные клички,</li><li>• портят имущество,</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• объявляют бойкот (подготавливают всех не разговаривать и не дружить с этим человеком),</li> <li>• шантажируют,</li> <li>• вымогают деньги.</li> </ul>
<p><b>2. ИСТОРИЯ АЛЕНКИ: ДИАЛОГ С КУКЛАМИ. КАК ПРОТИВОСТОЯТЬ ОБИДЧИКУ?</b></p> <p><b>1-ая часть истории: диалог «Аленка и Гоша»</b></p> <p>Вопросы для обсуждения 1-ой части истории:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• какие чувства вызвала у вас эта история?</li> <li>• это буллинг или нет?</li> <li>• как повлияла эта история на Аленку? (Возможные ответы ребят: «Стала неуверенной, не хочет ходить в школу. Ей стыдно, что ее травят, хотя вины Аленки в этом нет»);</li> <li>• что вы посоветовали бы сделать Гоше?</li> <li>• как повлиять на Марьяну?</li> <li>• а как вы думаете, на самом деле одноклассники замечали или нет, что происходит между Марьяной и Аленкой? Почему они молчали?</li> <li>• заступаться нужно только за друзей? Почему?</li> <li>• а если с тобой случится такое – за тебя заступятся? Как ты думаешь, кто? А за тебя?</li> <li>• а почему человек, которого обижают, может не просить о помощи? Какие могут быть причины?</li> </ul> <p>(Возможные ответы: «Ему неловко... Переживает, что ему откажут и не помогут... Растерялся»).</p>	<p>▶ Приложение «История Аленки»</p> <p>См. приложение 4. «История Аленки»</p> <p>▶ Важно, чтобы ребята увидели, что с травлей легче справиться, если ты не один.</p> <p>▶ Важно защищать другого человека от травли, потому что ему в это время начинает казаться, что он никому не нужен, и виноват в том, что его травят – это результат травли.</p> <p>▶ Обидчик может проявлять агрессию, не понимая какой вред наносит. Его <b>МОЖНО</b> остановить.</p> <p>▶ Расспросите о чувствах ребят, бывших свидетелями насилия. Поощряйте к честным</p>

## **2-ая часть истории: диалог «Гоша и Марьяна»**

Вопросы для обсуждения 2-ой части истории:

- правильно ли поступил Гоша?
- а как бы вы поступили на месте Гоши в этой ситуации?
- почему Марьяна травила Аленку?
- как вы думаете, она действительно не понимала, что это травля?

*ответам, рассказав, что каждый человек когда-нибудь бывает в такой ситуации.*

## **3. ПРАВИЛА САМОЗАЩИТЫ ПРИ БУЛЛИНГЕ. ШКОЛЬНЫЙ ПОРЯДОК РЕАГИРОВАНИЯ НА БУЛЛИНГ**

Проверьте, как ребята запомнили правила самозащиты при буллинге.

- Что делать, когда ты замечаешь буллинг?
- Нужно ли обращаться за помощью, если ты не уверен до конца, буллинг это или нет?
- Можно обратиться за помощью, если травят не тебя, а твоего одноклассника?
- Что будет дальше с этими ребятами? Как вы думаете?
- А что делать, если ты хочешь обратиться за помощью, а друг, которого травят, не хочет?

Познакомьте ребят со школьным порядком реагирования на буллинг.

Мы рекомендуем для работы с буллингом воспользоваться программой прекращения буллинга в классе «Без обвинений» С.В. Кривцовой:

[http://www.psychologia.edu.ru/index.php?id\\_catalog=36&id\\_position=278](http://www.psychologia.edu.ru/index.php?id_catalog=36&id_position=278).

Суть ее в том, что взрослые (школь-

► *Раздаточный материал для детей и для учителей (повесить памятку на видное место в классе).*

### **Памятка «Защита от буллинга (травли)»**

► *Расскажите о школьном порядке реагирования на травлю. Проверьте, знают ли ученики, где находится кабинет психолога, как его зовут, кто может обратиться за помощью – человек, которому кажется, что его травят (неважно, есть травля на самом деле или человек ошибается – психолог поможет в этом разобраться) или любой его одноклассник.*

<p>ный психолог, классный руководитель) помогают сформировать группу защиты от буллинга из нескольких ребят-одноклассников и с помощью ребят составить план конкретных действий и роли каждого по защите одноклассника. Этот метод «мягкой защиты» – один из самых эффективных.</p>	<p>► <i>Расскажите, что можно прийти вдвоем или втроем, если так ребята чувствуют себя увереннее.</i></p>
<p><b>4. «ОСТАНОВИТЬ ОБИДЧИКА»</b></p> <p>Перед началом упражнения попросите ребят рассказать о том, как они заступились за кого-то. Спросите, как они решились на это и что чувствовали после того, как заступились?</p> <p>Был ли у кого-то такой случай, когда надо было заступиться и не решился, а потом долго вспоминал, жалел, что не сделал этого? Попросите поделиться ученика, чему эта ситуация тогда его научила? Поблагодарите, что рассказал о ней.</p> <p><b>УПРАЖНЕНИЕ.</b> Пройдите по классу с куклой Марьяны, обратившись к нескольким детям от лица агрессивной куклы:</p> <p><b>«Давай не будем дружить с Машей (имя соседа/соседки по парте), испачкаем ей (ему) парту гуашью»</b></p> <p><b>«Давай снова поставим подножку Иванову на физкультуре. Посмотрим, как он будет лететь и кувыркаться!»</b></p> <p>Задание – защитить соседа по парте словами:</p> <p><b>«Я не позволю тебе обижать Машу (другое имя)</b></p> <p><b>«Это травля!»</b></p> <p><b>«Не приставай к Вове! Это – травля!»</b></p> <p><b>«Ты не имеешь права так поступать!»</b></p>	<p>► <i>Поощрить детей к уверенным высказываниям защищающих слов.</i></p>

Обратить их внимание на то, как они себя чувствуют после упражнения. Трудно ли защищать и заступаться?

Растет ли их доверие к одноклассникам? Чувствуют ли они свою силу? Чувствуют ли благодарность к соседу по парте?

Попросите их поблагодарить друг друга.

## 5. ЗАВЕРШЕНИЕ ЦИКЛА УРОКОВ

Попросите ребят вспомнить прошедшие уроки. Напомните основные темы, упражнения. Спросите, чему самому важному они научились, что запомнилось больше всего. Дайте слово всем ученикам или всем желающим. Попросите не говорить за других, отметить важное именно для себя.

Можете завершить урок обменом словами поддержки – попросите ребят показать принимающие поддерживающие жесты или назвать слова поддержки, которые им известны и которые им нравятся:

**«Удачи!»**

**«Ты – супер!». «У тебя все получится!». «Не бери в голову»**

**«Утро вечера мудренее». «Ты сможешь!»**

**«Не падай духом!». «Если что – зови меня!»**

**«Я всегда тебе помогу»** и другие.

► *Поблагодарите ребят и расскажите, что для вас, как для ведущего, было интересным и важным во время бесед с ребятами. Напутствуйте их поддерживать и защищать друг друга.*

## ИСТОРИЯ АЛЕНКИ

### ЧАСТЬ 1. АЛЕНКА И ГОША

**Гоша:** Привет, Аленка!

**Аленка:** Привет, Гоша!

**Гоша:** Что случилось? Ты плачешь? Кто тебя обидел?

**Аленка:** Одна девочка в нашем классе – Марьяна – меня невзлюбила и подружек своих подговорила со мной не играть. Мне теперь – хоть в класс не заходи.

**Гоша:** Ничего себе! А за что она так с тобой?

**Аленка:** Сама не знаю. Одна ее подружка вначале хотела дружить со мной, а Марьяне это не понравилось. Вот она и настроила ее против меня. А потом и остальных.

**Гоша:** Как это – настроила? Может, тебе кажется?

**Аленка:** Нет, не кажется. Она им говорит, что я некрасивая, что у нас семья бедная и что платье у меня ужасное. И дружить с такой, как я, стыдно.

**Гоша:** Вот это да! А как ты узнала?

**Аленка:** Она говорит об этом так громко, что я почти все слышу. Наверное, специально. Мне так обидно. А сегодня, когда она сказала про мое платье, я не выдержала и расплакалась. Мне кажется, я на самом деле такая некрасивая... и я заметила, что девочки тоже стали смотреть на меня с насмешкой.

**Гоша:** Это, и правда, очень обидно. Мне очень хочется тебя защитить. Давно это продолжается?

**Аленка:** Уже месяц – с начала четверти. Сначала было только немного неприятно. Я не обращала внимания, думала подействует. И правда, помогло. А потом Марьяна снова начала делать всякие гадости. То, когда проходит мимо моей парты, роняет мой пенал или учебник. То как бы нечаянно сок мне на парту прольет. И смеется так громко, смотрит на меня с презрением. Теперь вот ей не нравится мое платье... Я уже в школу ходить не хочу.

**Гоша:** Аленка, это же буллинг! Нам в школе рассказывали. Еще по-другому – травля. Такое нельзя терпеть! Хорошо, что ты мне рассказала.

**Аленка:** (недоверчиво) Травля? Ты ничего не путаешь?

**Гоша:** Не путаю, Аленка. Это – травля. Я знаю, что делать. Нужно попросить помощи у ребят в классе.

**Аленка:** Кого я попрошу? У меня и друзей-то нет. Только две девочки на продленке, и то из другого класса. А одноклассники – если бы они были на моей стороне – они бы и так заступились. Им все равно.

**Гоша:** А ты у них спрашивала?

**Аленка:** Нет. Но я это чувствую.

**Гоша:** Нам про это тоже говорили. Когда человека травят, он начинает себя чувствовать никому не нужным, постепенно начинает думать, что он и в самом деле хуже других. Но это не так. Это из-за буллинга так происходит. Человек хуже не становится, это он начинает к себе плохо относиться. И настроение очень портится. Человек и заболеть от этого может. Лишь бы в школу не идти. Поэтому-то буллинг и опасен!

**Аленка:** Я не знала.

**Гоша:** Ты знаешь, я решил поговорить с твоей Марьяной. Хочу, чтобы она знала, что у тебя есть защита.

**Аленка:** Ой, Гоша, я боюсь. ты ее напугаешь, а она потом мне будет мстить.

**Гоша:** Не переживай. Я запугивать ее не собираюсь. Я по-другому хочу поговорить.

**Аленка:** Спасибо тебе Гоша, ты меня так поддержал!

## ЧАСТЬ 2. ГОША И МАРЬЯНА

**Гоша:** Марьяна, я пришел с тобой поговорить. Ты знаешь, моя соседка Аленка учится в вашем классе. Так вот ты знаешь, она не хочет ходить в школу, ты не догадываешься, почему?

**Марьяна:** Не знаю. Я с ней не дружу.

**Гоша:** А ведь это из-за того, что ты ее обижаешь, высмеиваешь ее при всех.

**Марьяна:** Да ее и так никто не любит. Все смеются над ней.

**Гоша:** Все смеются? Мне, например, совсем не смешно. Это – травля. Ты представляешь, как это обидно? А если бы с тобой такое случилось?

**Марьяна:** Я не хочу, чтобы мои подруги с ней дружили. Это только мои подруги. Пусть заводит себе других. Когда я училась в другой школе, у меня не было друзей. Я же не жаловалась. Меня тоже обзывали, толкали, не замечали. Я больше никому не позволю так со мной поступить.

**Гоша:** Это тоже была травля.

Значит, ты сама хорошо представляешь, как это обидно. Почему же тогда ты издеваешься над Аленкой?

**Марьяна:** Я не издеваюсь, просто смеюсь. В этом классе у меня есть подруги. И мне они нравятся. Я не хочу, чтобы они дружили с кем-то еще. Тем более с ней.

**Гоша:** Не делай так! Смеяться над человеком так, что он плачет – это травля! Выходит, ты обижаешь ее для того, чтобы тебя подруги не

бросили? Вот так да! Зря ты так об Аленке думаешь. Она – не такая. Она – очень добрая. От тебя никто не уйдет из-за нее.

Мой тебе совет – подружись с ней. Она – хорошая. С ней бывает очень интересно. А если будешь обижать, знай, что я не дам Аленку в обиду. Расскажу учителю и нашему психологу. Так всегда делают, если твоего друга травят. Я не допущу, чтобы Аленку травили.

Решай сама. И помни, о том, что я – на стороне Аленки и буду ее защищать.





## ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

**Буллинг – это школьная травля.** Часто думают, что это характерно и распространено в среде подростков. Но это не так. Буллинг чаще случается в младшей школе. По разным причинам не все дети рассказывают родителям о случаях издевательства по отношению к ним. По следующим признакам можно распознать, что у вашего ребенка существуют проблемы в школе:

**Внешние проявления.** Частые синяки и ссадины, порванная и грязная одежда, испорченные книжки и тетради. Нежелание ходить в школу, странные маршруты в обход.

**Изменения характера.** Раздражительность, вспыльчивость, грубость по отношению к младшим и родителям. Неоправданные жалобы на плохое самочувствие.

**Одиночество.** Нет друзей среди одноклассников. Никто из класса не приходит в гости, не

звонит по телефону, не заходит по дороге в школу или обратно.

В случае регулярного появления данных признаков необходимо поговорить с ребенком.

**Если ребенок говорит вам, что подвергается насилию, то:**

- **поверьте ему;**
- **не осуждайте его.** Ведь совершил насилие другой человек, а пострадал ваш ребенок;
- **внимательно, спокойно и терпеливо выслушайте его,** показывая, что понимаете всю тяжесть его страдания;
- **не преуменьшайте его боли,** говоря, что «не случилось ничего страшного, все пройдет...»;
- **не отвергайте его:** если он, обратившись к вам, встретит осуждение, страх, гнев, то это может нанести ему более глубокую рану, чем само насилие.



Считать, что все дело в них. Важно знать и помнить, что это не так. Родителям следует настойчиво предложить свою помощь. Младшие подростки могут быть категорически против вмешательства, так как боятся усиления давления и издевательств. Но этот момент придется преодолеть. Объяснить, что **ТРАВЛЮ ТЕРПЕТЬ НЕЛЬЗЯ**.

**2. Поддержка.** Важно выслушать жалобы и посочувствовать ребенку. Не нужно торопиться давать советы, а просто быть на его стороне, прежде всего,

## КАК ЗАЩИТИТЬ РЕБЕНКА?

В этой ситуации очень важна психологическая помощь родителей. Они должны помочь ребенку справиться с проблемой таким образом.

**1. Общение.** Прежде всего, нужно подробно, спокойно и аргументированно объяснить ребенку, что он не виноват в том, что с ним происходит. Назвать явление тем, чем оно является – травлей. Рассказать, что при травле люди теряют уверенность в себе и могут чувствовать себя виноватыми.



внимательно выслушать, проявить понимание («Представляю, как ты расстроился. Любой на твоём месте испугался бы и не знал, что делать»). Даже если имеется понимание, что сын или дочь отличаются от других, провоцируют агрессию и поступают неправильно – все равно занять их сторону. Никакие особенности ребенка и его поведения, кроме нападения, не являются оправданием насилия сверстников. Ребенок не бил никого и не обзывал, значит, никто не имеет права обижать его на том основании, что он не такой.

**3. Разговор в школе.** Чтобы прекратить буллинг в школе и насилие, при разговоре с педагогами называйте вещи своими именами и требуйте этого от них. Нельзя употреблять обтекаемые определения, вроде «не сложились отношения», «никто не дружит». Надо сразу говорить: это травля, унижение, издевательство. Задача родителя — найти человека, который назовет происходящее своим именем остальным. Если учитель рассказывает о недостатках ребенка вместо того, чтобы признать факт травли, нужно идти дальше. К психологу,



социальному педагогу, завучу, директору, в комиссию по делам несовершеннолетних.

## **ПРИЧИНЫ ДЕТСКОЙ АГРЕССИИ И ШКОЛЬНОГО НАСИЛИЯ**

- У ребенка нарушено базовое чувство неприкосновенности своего тела (а значит, нет и внутреннего ограничителя в отношении неприкосновенности чужого тела). Так бывает, если ребенка физически наказывают дома. В этих случаях помогает отказ от физических наказаний и угроз как воспитательного метода.
- Ребенок переживает травму утраты. Гнев на людей, из-за которых, по его мнению, он потерял семью, родителя или дом, ребенок может переносить

на одноклассников и учителей. Помогает участие близких и психолога в совладании с переживанием горя.

- Ребенок не различает уверенное, агрессивное и неуверенное поведение. Агрессию чаще всего путают с уверенным поведением. В таких случаях помогает обучение и тренинг уверенного поведения, разъяснительные беседы со взрослыми.

- Отсутствие поддерживающей среды и культуры толерантности в школе. Помогает проведение соответствующих профилактических мероприятий и информирование детей и родителей о порядке реагирования на буллинг в школе.

# ВОЗМОЖНОСТИ УЧИТЕЛЯ В СНИЖЕНИИ АГРЕССИВНЫХ ДЕЙСТВИЙ УЧЕНИКОВ

**Семинар-практикум для педагогов.**

Продолжительность – 2 ч.

Участники семинара узнают, как профилактика буллинга связана с поддержкой инклюзивного обучения.



Ответят на вопросы:

- Как организовать эффективную поддержку силами одноклассников?
- На каком этапе и для чего подключать родителей?
- Что сделать учителю, чтобы минимизировать возможность разрастания конфликта?

Рассмотрят конкретные ситуации и определяют варианты действий учителя, снижающие напряжение в общении учеников.

Ведущая семинара – **Романовская Галина Владимировна**, руководитель программы «Семья и школа против буллинга», психолог, эксперт Национального фонда защиты детей от жестокого обращения, автор методической брошюры для учителей «Не надо братцы драться, а надо заступаться! Сценарии профилактических уроков для учеников начальной школы».

**Тел.: 8 (985) 976-39-57,  
e-mail: anosteps@gmail.com**

## КАК НЕ СПРОВОЦИРОВАТЬ ТРАВЛЮ?

*«Как же ты  
решился его  
ударить?»*



**ВМЕСТО**

*«Почему ты  
его ударил?  
Тебе не  
стыдно?»*

1. Избегать обвинительного поведения.

*«Вам нужно  
остаться вдвоем  
и придумать,  
как решить эту  
проблему»*



**ВМЕСТО**

*«Прекрати!  
Я тебя  
наказываю!»*

2. Давать время и поддержку в поиске решения проблемы, активно не вмешиваясь.

*«По-твоему,  
как она себя  
чувствует?»*



**ВМЕСТО**

*«Посмотри!  
Ты довел ее до  
слез!»*

3. Побуждать к общению через проявление сочувствия.

*«Что ты мог  
бы сделать,  
чтобы  
исправить  
ситуацию?»*



**ВМЕСТО**

*«Лучше  
подумай,  
как ты это  
объяснишь  
директору!»*

4. Доверять способности учеников самостоятельно загладить свою вину.



**АНО Центр эффективного  
обучения «Шаг за шагом»**

Адрес: 109004, Москва,  
Таганская площадь, 88, стр. 1

Телефон: (495) 911-74-49