

## Сынып сағаты «Буллинг және оның алдын алу»

Мақсаты: бар заңдылықтарға назар аударатын отырып, оқушы тұлғасы мен оның мінез-құлқы туралы адекватты өзін-өзі бағалауды қалыптастыру.

Міндеттері: студенттерді «қорқыту» түсінігімен, қуғындаушы және қуғын-сүргін құрбанына айналатын балалардың типтік ерекшеліктерімен таныстыру; қудалау кезінде мінез-құлық дағдыларын дамыту; заңға бағынатын азаматты тәрбиелеуге үлес қосу.

Сынып сағатының барысы

### 1. КІРІСПЕ

- Қайырлы күн. Біздің бүгінгі кездесуіміз жасөспірімдер арасындағы қарым-қатынас мәселесіне арналады. Бірақ бұл тақырыпқа шындап кіріспес бұрын, бұл кездесуге кім не мақсатпен келгенін анықтап алайық?

#### «Менің үмітім» жаттығуы

Біз бүгін кімнің қандай мақсатты көздеп отырғанын білдік. Кім мақсатына жетеді, кім жетпейді, оны сынып сағатының соңында анықтаймыз, енді осы кездесуде бізге көмектесетін топтық жұмыс ережелерін еске түсірейік:

Бір дауыс ережесі (бір уақытта тек 1 адам сөйлей алады)

«Құпиялылық» ережесі (жеке сипаттағы кез келген ақпарат

*қатысушылар осында қалуы керек және жиналыс аяқталғаннан кейін бұл шеңберден тыс талқыланбауы керек).*

«Әрекет» ережесі (барлық жаттығуларға қатысу).

Бүгін біз қорқыту сияқты құбылыс туралы айтатын боламыз. Менің ойымша, сіздердің әрқайсысыңыз бұл сөзді естіген жоқсыз, бірақ көпшілігі оның көрінісін кездестірді және бұл құбылыс, өкінішке орай, бізге жақсы таныс ...

Бүгін біз сұрақтарға жауап табуға тырысамыз:

-Қорлау деген не?

– Бұзақылық құқық бұзушылық па және ол үшін жауапкершілік бар ма?

- Өмірде қорлауды қалай болдырмауға болады?

### 2. НЕГІЗГІ БӨЛІМ

Ағылшын тілінен аударғанда, қорлау мектеп ортасында жиі кездесетін қудалау, қорқыту, қорқыту дегенді білдіреді. Адамға мұндай қысым психологиялық және физикалық болуы мүмкін ...

БҰҚАУ – кейбір адамдарды өз құрбандарында қудалаушылардың әдейі тудырған үрей негізінде оларды өзіне бағындыру мақсатында басқаларға қатысты қорқыту немесе физикалық және психологиялық қорқыныш түрі.

#### «Буллинг: түсінігі және ерекшеліктері»

Ең жиі кездесетін қорқытудың екі түрі: «тікелей» – физикалық және «жанама» (психологиялық) – әлеуметтік агрессия.

Тікелей (физикалық) қорқыту – агрессия және физикалық зорлықпен қудалау.

Жанама (психологиялық) қорлауды әртүрлі тәсілдермен көрсетуге болады. Мысалы, егер қудалаушы жәбірленушінің оның ар-намысын қорлайтын және қорлайтын түрлі жағдайларды бастан өткеруге мәжбүрлейтін болса, олар мінез-құлық қорлауы туралы айтады. Бұл көбінесе ауызша агрессияның көрінісі - өсек пен интригадан бопсалау мен бопсалауға дейін. Сонымен қатар, қудалаушылар моральдық қорлау фонында жәбірленушінің үй тапсырмалары жазылған дәптерлерін немесе жәбірленушінің жеке заттарын ұрлауға дейін бойкот жариялауы мүмкін. Адамды неше түрлі әдепсіз сөздермен қорлап, атын атап, мазақ қылса, мазақ ететін жапсырмаларды жапса, біз ауызша қорлаумен айналысамыз. Соңғы жылдары мектептегі қорлаудың жаңа түрі пайда болды, ол кибербуллинг деп аталады.

Әдетте қорқытуға қудалаушылар мен құрбандар жатады, олардың арасында тіпті бір жасөспірімге екіншісіне үстемдік етуге мүмкіндік беретін тұрақты қарым-қатынас жиі туындайды.

Екінші сұрағымызға жауап беру үшін есімізге түсірейік:

- Қылмыс деген не?

Балалардың жауаптары. Құқық бұзушылық – бұл заң бұзушылық, ол үшін ересектер мен жасөспірімдер үшін жаза қарастырылған.

- Беларусь Республикасының Қылмыстық кодексіне сәйкес кәмелетке толмағандар үшін жауапкершіліктің қандай түрлері бар және жазалар. (Балалар қойылымдары)

**1.Қылмыстық жауапкершілік-** Қылмыстық кодексте көзделген заңдарды бұзғаны үшін жауаптылық. Қылмыстық заңда көзделген қылмыс қоғамға қауіпті, қоғамдық жүйеге, меншікке, жеке тұлғаға, азаматтардың құқықтары мен бостандықтарына, қоғамдық тәртіпке қол сұғады. (кісі өлтіру, тонау, зорлау, қорлау, ұсақ ұрлық, бұзақылық).

Зиянды бұзақылық, ұрлық, зорлау үшін қылмыстық жауапкершілік 14 жастан басталады.

**2. Әкімшілік жауапкершілік** Беларусь Республикасының Әкімшілік құқық бұзушылық туралы кодексінде көзделген жағдайларды қоспағанда, құқық бұзушылық жасалған кезде он алты жасқа толған жеке тұлға: денсаулыққа қасақана зиян келтіру, ұсақ ұрлық, қасақана жою немесе зақымдау. мүлікке, жануарларға қатыгездік көрсетуге, тыйым салынған жерлерде от жағуға, ұсақ бұзақылыққа, қоғамдық орындарда әдепсіз сөздерге, азаматтарды қорлауға, газға, пневматикалық немесе лақтыруға қатысты заңсыз әрекеттер, қырлы қаруға қатысты заңсыз әрекеттер. Бұл құқық бұзушылықтар үшін жауапкершілік 14 жастан басталады.

Білімімізді жаңарта отырып, сұраққа жауап берейік:

Бұзақылық қылмыс па? Жауаптар мен негіздеме.

Қорқытудың құрбаны кездейсоқ пайда болмайды. Сталкер үшін бұл «белгі» қою үшін біреуді мақсатты іздеу. Жәбірленушіні таңдау және таңбалау әрқашан адамның қандай қабілетімен, мінезімен және мінез-құлқымен ерекшеленетініне байланысты емес. Кейде жәбірленушінің өзі неге құрбан болғанын түсінбейді. «Жапсырмамен» өмір сүру қандай? Оны келесі жаттығуда өзіміз сезініп көрейік...

**«Мен кімін?» жаттығуы.**

Жаттығудың сипаттамасы. Алдыңғы жаттығуды талқылаудың соңында мұғалім оқушыларды қағаз, қалам алып, бір минут ішінде олардың жеке қасиеттерін анықтайтын 10 сөзді бағанға жазуды ұсынады - жағымды (5 сөз) және теріс (5 сөз). Берілген уақытты орындау керек.

Содан кейін мұғалім қатысушылардан парақтарды қоюды сұрайды және оларға қайтадан оралу керек екенін, бірақ кейінірек айтады.

Енді біз қорқытуға қатысушылардың «портреттерін» жасауға тырысамыз, яғни осы құбылыстың барлық кейіпкерлерінің мінез-құлқының негізгі сипаттамаларын, белгілерін, ерекшеліктері мен мотивтерін сипаттауға тырысамыз. Ол үшін екі топқа бөлуді ұсынамын.

**«Портрет» жаттығуы**(шағын топтарда жұмыс)

*Жаттығудың сипаттамасы.* Барлық қатысушылар екі топқа бөлінеді.

Әр топқа үлкен сызба қағазы, әр түрлі сипаттағы карточкалар беріледі. Бірінші топқа аңқаушыға айналатын құрдастар, екінші топқа әдетте қорқытудың құрбаны болатын құрбыларының ерекшеліктері мен ерекшеліктерін таңдап, қағазға бекіту ұсынылады.

Топтарға ұсынылған тапсырманы орындауға бес минут беріледі, содан кейін топтар өз нәтижелерін ұсынады.

**ҚАНДАЙ ЖАСӨСПІМДЕР СТАЛЕР БОЛАДЫ?**

*басқаларды бағындыру арқылы өз мақсатына жетуге дағдыланған;*

*оңай қозғыш және өте импульсивті, агрессивті мінез-құлықпен;*

*құрбандарына жанашырлық таныта алмау;*

*физикалық күшті;*

*көшбасшылыққа ұмтылатын, көпшіліктің назарында болғысы келетіндер;*

*жәбірленушіден өзінің артықшылығына сенімді;*

*ұмтылудың жоғары деңгейімен;*

*агрессивті, өзін-өзі растау үшін құрбанға «мұқтаж»;*

*ымыраға келмейтін;*

*әлсіз өзін-өзі бақылаумен;*

*топтың басқа мүшелерінің күші мен әлсіздігін интуитивті түрде сезіну.*

**ҚАЙ ЖАСӨСПІМДЕР ҚҰРБАЛЫҚТЫҢ ҚҰРБАНЫ БОЛАДЫ?**

*ұялшақ, сезімтал, тұйық және ұялшақ;*

*мазасыз, сенімсіз, өзін-өзі бағалауы төмен;*

*депрессияға бейім;*

*құрдастар арасында достары жоқ, үлкендермен қарым-қатынасты қалайды;*

*құрдастарына қарағанда физикалық тұрғыдан әлсіз;*

*құрбыларымен қарым-қатынаста жағымсыз тәжірибесі бар;*

*дисфункционалды отбасылардан;*

*физикалық зорлық-зомбылыққа ұшыраған үйлер;*

*дамыған кемшілік кешендері бар;*

*зорлық-зомбылық пен қорлау туралы үндемей қалуды жөн көретіндер;*

*көмек сұрауды білмейтін және ересектерден қорғануға сенбейтіндер;  
құрбан болуға лайық екеніне сенімді және қудалаушылардың зорлық-зомбылығын қабылдауға  
алеуетті дайын, бұл зорлық-зомбылықтан бас тартты;  
мінез-құлқы белгілі бір топ үшін стандартты емес және осы топтың басқа мүшелерінің  
тітіркенуін тудыратындар;  
психологикалық дамудың сыртқы ерекшеліктері мен ерекшеліктері бар жасөспірімдер.*

-Енді өз парақшаларыңа қараңдаршы, онда өзің туралы 10 сөз жазғансыңдар. Тізімді өзіңізбен бірге үнсіз қарап шығыңыз. Мүмкін, сіз өзіңіздің жеке тұлғаңызда анықтаған ерекшеліктер арасында сізді тәуекел топтарының біріне - қуғындаушыларға немесе қудалау құрбандарына жатқызуға болатын қасиеттер бар. Менің ойымша, қазір әрқайсымызда ойланатын нәрсе бар ... Мүмкін сіздердің біреулеріңіз сөйлескісі келетін шығар?

- Қорқытудың құрбаны бола отырып, адам әрқашан жағдайды сабырлы түрде бағалай алмайды және өзін қорғау үшін дұрыс шешім қабылдай алмайды. Міне, бүгінде осынау эмоционалды жайлы ортада қысым мен қуғын-сүргіннің құрбаны болған ситуациялардың қаһармандарына объективті баға беруге мүмкіндік бар. Осы жағдайларды талқылап, ұсынылған әңгімелердің әрқайсысында өз ұстанымымызды білдіруге тырысайық ...

### ***Төрт бұрыш әдісі***

Әдістің сипаттамасы. Бөлменің төрт бұрышында (қабырғасында) «Мен де солай істейтін едім», «Әрқашан жұмыс істей бермейді», «Менің өз ұстанымым бар», «Менде жоқ», «Мен де солай істейтін едім», «Менде жоқ» деген жазулар бар А4 өлшемді тақтайшалар ілінеді. мұндай шешімді бекітсін». Содан кейін қатысушыларға бір-бір әңгіме оқылады, қатысушылар талдайды және сол немесе басқа табақта позицияны таңдайды. Әр әңгімеден кейін жиналысқа қатысушылар таңдаған ұстанымдарды талқылау ұсынылады.

-Енді мен сіздерге мектептегі зорлық-зомбылықтың құрбаны болып, жағдайды өз бетінше жеңген жасөспірімдердің өмірінен шынайы оқиғаларды оқимын. Әңгімені тыңдап болғаннан кейін бұрыштардың біріне жақын позицияны алу керек, оның белгісі сіздің пікіріңізге сәйкес келеді.

### ***Тарих 1.***

«Мен жаңа мектепке ауыстым, командаға керемет қосылдым - басында. Бірақ мен достасып, беделге ие бола бастағанымда, сынып жетекшілері бәсекелестіктің бар екенін сезіп, маған қарсы қару алды. Менің жаңа достарым одақтас ретінде олардың жағына тартыла бастады. Ал, мазақ басталды. Әуелі күліп жіберді, сосын ұрыса бастады. Ол көшбасшылардың бірін ұрған кезде бәрі тоқтады. Сосын олар оны құрметтейтін, тиіспейтін болды».

### ***Тарих 2.***

«Мені бір жыл бойы қорқытты. Өзінен үлкен құрбы қыздарының көмегімен сыныптасы уланған. Содан кейін бұл достар мектепті «бітірді». Енді оның қолдауы болмады, оған ешкім математикалық есептерді шешпеді және ол үлкен қиындықтарға тап болды. Оның менен кешірім сұрап, менен көмек сұраудан басқа амалы болмады. Мен одан бас тарта алмадым. Қазір біз әдеттегідей сөйлесеміз, бірақ қорлау есімде. Қиын болғандықтан, ол үйде жылады, мектепке баруға қорықты. Ал мен қуғын-сүргіннен қарапайым «елеспеушілікпен» аман қалдым.

### ***Тарих 3.***

Олар сені қорлай бастағанда бірден басқа мектепке баратынына сенімдімін. Біздің сыныптағылардың бәрі қызды ренжітті, әсіресе бір жігіт. Ол оған тойтарыс берді, ал ол одан да нашар көтерілді. Содан кейін ол оның бетінен жұдырықпен ұрды, ол оған бар күшімен оның асқазанына ұрды. Бірақ бұлар біткен жоқ. Ол желіде әдепсіз жазуы бар әдепсіз формадағы суретін жариялады. Әрине, ол сол жерде бірденені «фотошоппен» жасады, бірақ мұны бәрі бірдей түсінбеді. Сосын мектепте оны мазақ етіп, мазақ етті. Ол басқа мектепке ауысып кетті, бәрі жақсы сияқты, оның достары бар, тіпті сыныптастарының бірімен жақсы көреді.

Талқылауға арналған мәселелер:

- Басқалардың әңгімесін тыңдағанда қандай сезімде болдыңыз?
- Өзіңізді батырдың орнында елестету сізге оңай болды ма?
- Жағдайлардың қайсысы сізге жақын болып шықты?
- Өзіңіз үшін ең тиімді деп қандай мінез-құлық үлгілерін атап өттіңіз?

## **3. ҚОРЫТЫНДЫ БӨЛІМ**

- Кездесудің соңында қорқыту жағдайына жол бермеу туралы ойланайық ...

**«Логикалық тізбек» жаттығуы**

*Жаттығудың сипаттамасы.* Педагог шеңбердегі бірінші қатысушыны негізгі сөйлемді жалғастыруға шақырады: «Бұзақылыққа қатысушы болмау үшін сізге ... керек». Тренинг алдыңғы қатысушы құрастырған сөз тіркесі негізінде шеңбердегі келесі қатысушыға негізгі сөз тіркесін құрастырады. Мысалы, «Бұзақылықтың қатысушысы болмау үшін сіз ... кез келген жағдайда өзіңізді қорғай білуіңіз керек». Содан кейін «Кез келген жағдайда өзіңізді қорғай білу үшін ... өзіңізге сенімді болуыңыз керек». Осылайша, келесі қатысушыға арналған сөйлем келесідей естіледі: «Өз-өзіне сенімді болу үшін ...». Жаттығу логикалық тізбек қатысушылардың бүкіл шеңберінен өткенше орындалады. Соңында жаттықтырушы өзінің бірінші түйінді фразасын қайталап, соңғы қатысушы айтқан оймен аяқтайды.

– Әрине, сіз біздің мәселелердің жай-күйі оларға қалай қарауымызға байланысты екеніне сенімдісіз. Қысым мен қудалау жағдайында бізге қойылған сынаққа қалай жауап беретініміз де өте маңызды. Қорқытудың құрбаны болмау үшін өзіңізге тек оң көзқарастарды беруді үйреніңіз және эмоцияларыңызды басқаруға тырысатындарға сенімді және әзілмен жауап беріңіз. Жаттығу жасайық...

#### **«Бірақ...» жаттығуы**

- Қасиеттеріміз жазылған парақтарға тағы бір назар аударайық. Олардың жағымсыз қасиетін кім айта алады? Өзіңіздің жағымсыз қасиетіңізді айтып, осы шақыру фразасына жауап беруіңіз керек. Мысалы, шақыру фразасы «Мен семізмін!». Қатысушы осы сөйлемге жауап ретінде мынаны ұсына алады: «Сонымен не болады! Бірақ менде аппетитпен проблемалар жоқ» немесе «Не болады! Бірақ мен жақсы адаммын, өйткені мен әрқашан көп.

#### **Рефлексия. «Менің үмітім» жаттығуы**

Осы кездесуге қандай мақсатпен, қандай үмітпен келгеніңізді, мақсатыңыздың қаншалықты орындалғанын, қандай эмоцияларды бастан кешіріп, қандай қорытынды жасағаныңызды еске түсірейікші?

- Біз бүгін өте жемісті жұмыс жасадық, сондықтан біз бәріміз тамаша стипендиаттармыз! Кездесуде алған білім мен практикалық тәжірибе алдағы өміріңізге көмектеседі деп сенемін. Бірақ қорқыту мәселесін өз бетімен жеңе алатынына сенімді емес адамдар үшін «Қорлаудың құрбаны болған бала не істеу керек?» жадынамасын алуды ұсынамын. Барлығына көп рахмет және жақын арада кездескенше!

#### **ЕСКЕ АЛУ**

##### **Қорқытудың құрбаны болған бала не істеуі керек?**

1. Мектепте сізді қорлап, атын атаса, киім-кешек пен заттарды бүлдіріп алсаңыз, бұл туралы міндетті түрде үлкендерге: ата-анаға, мұғалімге, үлкен досыңызға айтыңыз.

**Есіңізде болсын: көмек сұрау - әлсіздік емес, қиналған ересек адамның шешімі.**

2. Болып жатқан жайтты біреуге айтсаң, «мұнан да жаман болады» деп қорықпа. Егер сіз өз проблемаңызбен жалғыз қалсаңыз, бұл шынымен де нашар болады.

**Есіңізде болсын: әрқашан сіздің қылмыскерлеріңізден күшті және сізді қорғай алатын адам болады.**

3. Интернетте сізді қудалау болса, болашақта кибербуллингтің дәлелі ретінде пайдалану үшін барлық хат-хабарларды, бейнелерді, дауыстық хабарламаларды сақтауды ұмытпаңыз.

4. Егер қорқыту тақырыбын түзетуге болатын болса, оны түзетіңіз. Егер қолыңыздан келмесе, өзіңізді кінәлі сезінбеңіз.

5. Егер сіз өзіңіздің проблемаңызды таныс ересектерге сенбесеңіз, ұлттық балалар телефон желісіне қоңырау шалыңыз: 8-801-100-1611 - тәулік бойы немесе балалар.pomogut.by веб-сайтында кәсіби психологқа анонимділікпен сұрақтар қойыңыз. 8.00-ден 20.00-ге дейін онлайн режимінде