

# Виховна година у рамках « Стоп булінг! 16 днів проти насильства».

## « Оминаймо гострі кути»

**МЕТА:** ознайомити з поняттям булінгу, його видами та проявами, розвивати навички конструктивного вирішення конфліктних ситуацій, толерантного спілкування; сформуванати знання з правил безпечної поведінки в мережі Інтернет.

**ЗАВДАННЯ :** розвивати конструктивні способи взаємодії й закріплювати навички безконфліктного спілкування в дитячому колективі.

### Хід заняття

#### I. Вступна частина.

Учитель. Добрий день! Сьогодні в нас буде дуже цікаве заняття, тема якого — «Оминаймо гострі кути!». Щоб заняття пройшло успішно і щоб у всіх був гарний настрій, потрібно дотримуватися деяких правил. Пам'ятаймо про них!

---

#### Правила

---

- Стався до товаришів із повагою.
- Не можна сміятися з інших.
- Будь активним.
- Уважно слухай товариша.

#### II. Основна частина

Учитель. Пропоную всім встати зі своїх місць і трішки поштовхатися, тільки обережно й легенько.

##### 1.Бесіда:

- Що ви відчували, коли вас штовхали? (Смуток, біль, злість, образу тощо.)
- Що ви відчували, коли штовхали когось? (Провину, злість тощо.)
- Як ви ставитеся до такої штовханнини загалом?
- Як ви думаєте, чи викликають недобрі слова такі самі неприємні відчуття, як і штовхання? Чому?

Ось такі штовхання — це і є «гострі кути», тобто сварки й конфлікти. Хто знає, що таке конфлікт?

Відповіді учнів.

Учитель. Конфлікт визначається як зіткнення сторін, наприклад двох людей із різними інтересами, думками, поглядами або бажаннями.

Учитель. Різні люди по-різному поведуться в конфліктній ситуації: вони орієнтуються або на себе, або на взаємодію з іншими людьми.

Можна виділити такі метафоричні стратегії конфліктної поведінки.

**Тип I. «Черепашка»** — стратегія ховання під панцир. Люди, які обирають таку стратегію, у конфліктній ситуації відмовляються як від досягнення особистих цілей, так і від стосунків з оточенням.

**Тип II. «Акула»** — силова стратегія. Для прихильників цієї стратегії цілі дуже важливі, а от стосунки з іншими — ні. Таким людям не важливо, чи люблять їх; вони вважають, що конфлікти розв'язуються лише як вигреш однієї зі сторін і програш іншої.

**Тип III. «Ведмежа»** — стратегія згладжування гострих кутів, за якої стосунки важливі, а цілі — ні. Люди, які керуються такою стратегією, хочуть, щоб їх приймали, любили, заради чого вони жертвують цілями.

**Тип IV. «Лисиця»** — стратегія компромісу, за якої помірно важливі як цілі, так і стосунки. Прихильники цієї стратегії готові відмовитися від частини цілей, щоб зберегти стосунки.

**Тип V. «Сова»** — стратегія відкритої й чесної конфронтації. Люди, які керуються такою стратегією, цінують і цілі, і стосунки. Вони відкрито визначають позиції й шукають вихід зі складної ситуації в спільній роботі задля досягнення цілей, прагнуть знайти рішення, які задовольняють усіх учасників конфлікту.

## **2. Перегляд відео ( додається).**

Які відчуття у вас викликає переглянута ситуація?

Чи порушує вона права дитини? Які?

Чи стикалися ви з такими проявами в своєму житті?

Скажіть, а чому на відео замість реальної людини знаходиться манекен?

### **Поняття булінгу.**

Нині серед учнівської молоді надзвичайно загострилася проблема насильства, здійснюваного самими дітьми одне до одного.

Останніми роками визнано поширення в освітній практиці такого явища, як шкільний булінг. Це соціальна проблема всього світу протягом останніх ста років, однак вона ще й досі не вивчена.

Булінг перекладається як хуліган, забіяка, задирака, грубіян, насильник визначається як утиск, цькування. Цей термін означає тривалий процес свідомого жорстокого ставлення (фізичного і психічного) з боку дитини або групи до іншої дитини або інших дітей.

**Як показує практика, форми шкільного булінгу можуть бути різними:**

- систематичні кепкування з будь-якого приводу (від національності до зовнішнього вигляду дитини);
- задириство;
- фізичні і психічні приниження;
- різного виду знущання;
- бойкот та ігнорування;
- псування особистих речей тощо.

Учитель. Поміркуйте над питанням: «Чому люди сваряться?»

---

**Причини сварок:**

---

- неприйняття чужої думки;
- нехтування правами іншої людини;
- прагнення домінувати;
- невміння слухати інших;
- свідоме прагнення скривдити одне одного;
- нерозуміння;
- невміння керувати емоціями.

Учитель. Якщо ми подивимося на перші п'ять причин, то зрозуміємо, що сварки найчастіше виникають через те, що люди не володіють культурою спілкування. У зв'язку з цим конфлікти можуть призвести до тривалих образ і виникнення неприємних почуттів або навіть руйнування стосунків. А тому, щоб побудувати і зберегти гарні взаємини з іншими, нам потрібно дотримуватися правил культури

спілкування. Важливо також навчитися потроху випускати свій гнів, свою злість назовні, не кривдячи тих, хто перебуває поряд. Як можна контролювати свій гнів? (Заспокоїтися, зробити паузу, розслабитися.)

➤ **Як керувати гнівом?**

- Використовуйте стоп-слова (просто скажіть собі «СТОП» і спробуйте заспокоїтися).
- Зробіть кілька глибоких вдихів (це допоможе відновити дихання й ритмічність роботи серця).
- Можна також уявити опонента в смішному вигляді.

Отже, сформулюймо правила спілкування в конфліктній ситуації:

- Залишайся спокійним і врівноваженим.
- Будь терплячим.
- Не відповідай образою на образу.
- Будь готовим визнати свою провину.
- Не треба мститися.
- Прагни розв'язати конфлікт.

### **III. ПІДБИТТЯ ПІДСУМКІВ**

Напишіть куди/ до кого можна звертатися за допомогою в ситуації булінгу?

Добро, яке ти робиш від серця, ти робиш собі.

*Л. Толстой*

Пропоную цими прекрасними словами Л. Толстого завершити наше заняття.

Дякую всім!