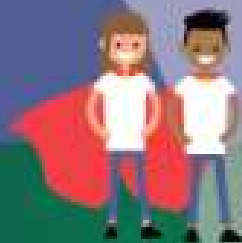


Social competences
and Fundamental Rights
for preventing bullying

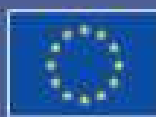


safer

Project number: 621528-EPP-1-2020-1-IT-EPPKA3-IP1-SOC-IN



teachers' manual



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

This project has been funded with support from the European Commission. The European Commission's support for the production of this document does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein. Project number: 621528-EPP-1-2020-1-IT-EPPKA3-IP1-SOC-IN

СЪДЪРЖАНИЕ

Въведение

ЧАСТ I

1. Метаморфна визия за тормоза и кибертормоза: какво е новото в променящия се феномен (от Вила Монтезка)
2. Дефиниция на тормоз, кибертормоз и веригата на тормоза
3. Често срещаните митове за тормоза срещу фактите

ЧАСТ II

4. Защо холистичен училищен подход с фокус върху ролята на Родителите и Общността: approach: от цялостен училищен подход към цялостен училищен и общностен подход.
5. Какво представлява Рамката за борба с тормоза на SAFER, основана на придобиването на социални и граждански компетентности и на познаването, насърчаването и притежаването на общи положителни ценности и основни права не само на ниво ученици и училища, но и на ниво общност?
6. Ключови дейности за изпълнението на SAFER WSCA
7. Инструменти и други дидактични компоненти на рамката WSCA
8. Стратегиите на SAFER за превенция на тормоза и интервенция във и извън училище



ЧАСТ III – ПЛАН НА УРОЦИТЕ И УЧЕБНИ ПРЕЖИВЯВАНИЯ

9. Как да използвате наръчника и методологични принципи

ПЕДАГОГИЧЕСКА ТЕМА: Тормозът през очите на учениците....

Общо представяне на Темата

Учебно преживяване 1: Какво е тормоз?

Учебно преживяване 2: Тормоз е, ако ...

Учебно преживяване 3: Тормоз ли е, или не?

Учебно преживяване 4: Последствията от тормоза

Учебно преживяване 5: Дефиниране на тормоза.....

Учебно преживяване 6: Поведения на тормоз

Учебно преживяване 7: Какво представлява кибертормозът и правилното използване на медиите срещу него

ПЕДАГОГИЧЕСКА ТЕМА: Идентичност в общността

Общо представяне на темата

Учебно преживяване 8: Дефиниране на образователната общност

Учебно преживяване 9: Какво е общност и как може да помогне в превенцията на тормоза

Учебно преживяване 10: Безопасни и опасни места в нашето училище и общност

Учебно преживяване 11: Проучване на тормоза в общността

Учебно преживяване 12: Разрешаване на конфликти в общността

Учебно преживяване 13: Интервюиране на родители и членове на общността относно тормоза

ПЕДАГОГИЧЕСКА ТЕМА: Социални и граждански компетентности в превенцията на тормоза

Общо представяне на темата

Учебно преживяване 14: Стани герой в битката срещу тормоза!

Учебно преживяване 15: Различни, но еднакви

Учебно преживяване 16: Зачитането на различията прави разликата

ПЕДАГОГИЧЕСКА ТЕМА: Преподаване на права и ценности

Общо представяне на Темата

Учебно преживяване 17: Да се запознаем с нашите права!

Учебно преживяване 18: Човешките права срещу тормоза

Учебно преживяване 19: Права и Отговорности

Учебно преживяване 20: Познаваш ли нашите Ценности?

Учебно преживяване 21: Значението на ценностите

Учебно преживяване 22: Култивиране и възпитаване на ценностите



Учебно преживяване 23: Насърчаване на уважението и многообразието
Учебно преживяване 24: Ценностите на Социалната справедливост-Честност/Емпатия-Чувство за отговорност/Самочувствие-Грижа
Учебно преживяване 25: Социална справедливост-Честност/Емпатия-Чувство за отговорност/Самочувствие-Грижа накратко

ПЕДАГОГИЧЕСКА ТЕМА: Как да научим учениците да общуват и да разрешават конфликти

Общо представяне на Темата
Learning experience 27: Инструменти за разрешаване на конфликти
Learning experience 28: Чувства, свързани с тормоза: как да разрешаваме конфликти
Learning experience 29: Когато отношенията се объркат

ПЕДАГОГИЧЕСКА ТЕМА: Емпатия – управление на емоциите като меко умение/ Връзка с житейските умения

Общо представяне на Темата
Учебно преживяване 30: Активно слушане и комуникация
Учебно преживяване 31: Пътешествие в света на емоциите
Учебно преживяване 32: Аз чувствам-Аз разбирам-Аз съжителствам
Учебно преживяване 33: Чувства, свързани с тормоза

ПЕДАГОГИЧЕСКА ТЕМА: КАК ДА ГОВОРИМ И ДА ПРОВОКИРАМЕ ДИСКУСИЯ ЗА ТОРМОЗА

Общо представяне на Темата
Учебно преживяване 34: Тормоз и комуникация
Учебно преживяване 35: Равносметка за себе си
Учебно преживяване 36: Училище без тормоз

Библиографска справка



УВОД

Този наръчник за учители и училищен персонал е изготвен в рамките на проекта SAFER, който насърчава стратегия за превенция на тормоза, включваща ученици, учители и училища, но също и родители и общността, която заобикаля всяко училище.

Иновативният подход на проекта SAFER (WSCA) се основава на разработването на рамка, фокусирана върху социалните и гражданските компетентности, общите положителни и демократични ценности и основните права. Иновативният метод за предотвратяване на насилието и тормоза в училище, насочен към насърчаване на приобщаващо образование и основан на повишаване на социалните, и гражданските компетентности, както и на насърчаването на общи ценности и основни права на ниво училищна общност. Този иновативен подход цели включването на цялото училище и е фокусиран върху първичната превенция на тормоза чрез ангажирането на учениците, учителите и родители. Методът включва също и вторична превенция, като залага на стратегическата роля на училищната общност, водейки я към цялостен училищен и общностен подход, където общността има и образователна задача.

Всъщност изследванията и опитът показват, че всеобхватните действия, включващи учители и останалия училищен персонал, ученици, родители и членове на общността, вероятно са по-ефективни от подходите, основани единствено на дейности в класната стая.

Настоящият наръчник и програма за обучение са част от рамката на метода „В безопасност: цялото училище и общност за превенция на тормоза“ (SAFER Anti-Bullying WSCA) и са предназначени да дадат възможност на учителите да предотвратяват и да реагират на тормоза, но програмата SAFER предвижда поредица от наръчници/ръководства, насочени към трите основни аудитории: разбира се, този наръчник е адресиран до учителите с цел да се затвърдят преподавателските практики и нагласи, които насърчават безопасна учебна среда за всички ученици; наръчникът за учениците е с цел да се подобрят техните знания за тормоза и да се насърчи тяхната устойчивост и Аз-ефективност, като им се помогне да предотвратяват и да се справят с поведението на тормоз; накрая, наръчникът за родителите и членовете на общността е предназначен да ги обучи да помагат за предотвратяването и реагирането на тормоза, като ги инструктира за основни знания, умения за слушане и процедури за реагиране.

Тези три групи могат да създадат критична маса от хора в училищата, която да доведе до трансформираща и трайна промяна.

Тормозът в училищата и около тях е световен проблем със сериозни последици за образователните постижения, здравето и благосъстоянието на всички деца. Физическият, вербалният и психологическият тормоз, на който са подложени както момичетата, така и



момчетата, кара децата да напускат училище и може да остави невидими за околната среда дълготрайни белези. Решаването на проблема с тормоза изисква холистичен, многостранен подход със специално внимание към гражданските компетентности, общите положителни и демократични ценности и правата на човека.

За Вас, като учител, справянето с нарастващия брой случаи на "тормоз", както се определя понастоящем в образователните системи, със сигурност е достойна цел. Този наръчник, съставен от три основни раздела с множество практически дейности, илюстрации на карикатури и графики, е едновременно информативен и възпитателен. Възможно е да се изберат учебните преживявания, които са по-свързани с нуждите на всеки клас, и да се комбинират упражненията, за да се насърчат социалните и гражданските компетентности, но също и основните ценности и правата на човека. Той предоставя поредица от изключително практични планове на уроци и упражнения (които нарекохме "Учебни преживявания"), които учителите могат да прилагат сами.

Наръчникът може да помогне на учителите да създадат училищна среда без тормоз - такава, която насърчава положителния учебен опит; насърчава приемането, толерантността и уважението; поощрява поведение, което подкрепя грижовната и подкрепяща училищна култура.

Тъй като училището играе важна роля в ежедневието на децата и в тяхното познавателно развитие, психическо и емоционално здраве, безспорно е от ключово значение да се помогне на учениците да се справят с предизвикателните и сложни проблеми на тормоза. Настоящият наръчник може да подпомогне учителите да разберат преживелищния опит на децата и да предотвратят тормоза, като се справят с основните проблеми, които допринасят за него, и като опознаят сложността на тормоза в училище от гледна точка на детето.

При четенето на това ръководство и прилагането на това, което е предложено, ще стане ясно, че няма прост отговор на проблема.

Ето защо бихме искали да насърчим всеки учител да гледа на този наръчник като на "прозорец на надеждата", да е сигурен, че той може да стимулира много идеи и вдъхновения и да предостави практически насоки за превенция на тормоза.

Пожелаваме успех на всеки професионалист, който се стреми да работи за по-добра и по-безопасна (както е заглавието на нашия проект) училищна и обществена среда за нашите деца!

Мария Рита Бракини, програмен координатор на проекта SAFER

Фабрицио Болдрини, директор на Фондация „Вила Монтека“



ЧАСТ I

1. 1. Метаморфна визия за тормоза и кибертормоза: какво е новото в променящия се феномен

Както знаем, тормозът е разнородно явление, което засяга милиони хора. Сега, когато пишем, учениците страдат от тези ежедневни ситуации, които предизвикват последствия срещу гражданските и човешките права. Трудната страна на усилията за превенция и борба с последиците от това явление се изразява в отношението на жертвите и извършителите, които невинаги осъзнават, че са "тормозени" или "тормозещи"; осъзнаването на страничните наблюдатели също невинаги е правилно и бдително.

Как можем да предотвратим ситуация, в която жертвите и извършителите могат да си помислят, че участват в "шега". Психосоциалните последици от тормоза обаче са значителни. Дълъг списък с проучвания потвърждава, че нивата на депресия, суицидни намерения и отчайваща самота са завишени при жертвите на тормоз. Знаем как преживяването на тази форма на тормоз от страна на връстниците често е свързано с неприязън към училището и отсъствия.

Литературата показва, че тези, които в юношеството или детството си са преживели тази форма на насилие, имат повишен процент на поведение, свързано с насилие, в сравнение с тези, които не са участвали в тормоз.

Освен това виктимизацията е свързана със значителни психосоциални последици през юношеството и в младата зряла възраст.

Ако знаем всичко това и знаем как училището е далеч от това да бъде защитено място, което искаме, ние сме безсилни и след първите проучвания, направени от основателя на изследванията в тази област през 60-те години, да намерим подходяща и задоволителна мярка за намаляване на явлението.

Всъщност след развитието на социалните медии и навлизането им в нашето ежедневие се сблъскваме с различна, нова и по-агресивна версия на тормоза: това, което наричаме кибертормоз.

След шестдесет години основните изследвания на тормоза продължават да се позовават на стимулиращото определение, дадено от Олвеус през 1973 г. Въпреки че тази първа дефиниция е била основополагаща за изследванията, повечето от тях продължават да се позовават на нея, но тя е създадена отдавна. Последните емпирични и теоретични данни показват, че нещо се е променило и непрекъснато се променя. Настоящият наръчник се основана на иновативния подход "В безопасност: цялото училище и общност за превенция



на тормоза" и намерението на авторите не е да предложат алтернативно и ново определение на тормоза, включително и защото новите определения обикновено остаряват скоро след появата си. Идеята е да се започне от учебната социална среда, в която се проявява тормозът и в която от педагозите се очаква да защитят децата. Под "учебна среда" не се разбира само "училището", а тя е доста по-широка: включва и общността.

Настоящият наръчник набляга на един динамичен начин за справяне с проблема за актуализиране на определението за тормоз, което трябва да се разбира като еволюционно и да се основава не на теория, а на практики, които обхващат екологични и еволюционни контексти.

Всеки път, когато педагогът е призван да се изправи пред агресивно действие, водено от група (в широкия смисъл на този термин, като се има предвид контекстът на социалните медии), и поведение, насочено към използване на неравномерно разпределение на властта и насочено към нанасяне на вреда на друг човек в контекста на дисбаланс на властта, създаден от броя на агресорите (насилници) или от социално-технологичния фон (киберагресия и киберсоциална агресия), можем да кажем, че сме изправени пред тормоз и сме призвани да се намесим. Но можем да направим и много повече. Необходимо е да създадем безопасна среда, в която, ако не е възможно да се избегнат тези форми на агресия, педагозите могат бързо да се ориентират и да осигурят адекватни мерки.

Освен теоретичната и емпиричната подкрепа за всеки елемент, който се разглежда от първата дефиниция на тормоза (целенасоченост, дисбаланс на властта и вреда), този наръчник подчертава как тези форми са, както можем да кажем, антропологически метаморфни. Но като цяло са повече или по-малко еднакви и предизвикват едни и същи ефекти. Както можем да кажем - "стар проблем без прости решения". Това предполага, че действията, насочени към превенция и борба с тормоза, трябва да се основават на проверка и оценка на тези елементи.

За да се предприемат ефективни действия, училището не може да бъде оставено само. То трябва да си сътрудничи с всички общностни институции, където децата и юношите прекарват живота си и където учат по неформален и неофициален начин.

Можем да дефинираме три стъпки:

А) По-добро познаване на явлениято и повишаване на осведомеността

Проучванията за възприятието на учителите (Sheri Bauman & Cindy Hurley (2005) Teachers' Attitudes and Beliefs About Bullying, Journal of School Violence, 4:3, 49-) показват, че мнозинството от учителите смятат, че учениците се чувстват несигурни поне понякога и не са сигурни, че могат да определят добре климата в своето училище. Според това проучване шестдесет процента от жертвите съобщават, че училищният персонал реагира слабо на тормоза и че прави сравнително малко, за да се намеси в цикъла на тормоза в училище.



Трябва да създадем инструменти за по-добро разбиране както на явленията, така и на мерките, които трябва да се предприемат. Изглежда, поне в разгледаната литература, че първото действие е да се уверим, че всички ученици и преподаватели могат да разпознават и оценяват ситуациите на тормоз. Едно експлицитно проучване установява, че гръцките ученици са по-склонни да съобщават за тормоза на родителите си, отколкото на учителите си, и че повечето ученици смятат, че учителите им в голяма степен не знаят, че учениците са подложени на тормоз (Houndoumadi and Pateraki (2001)). Важно е училищните възпитатели и възпитателите в общността да не надценяват въздействието на своята подкрепа в интервенцията при тормоз.

За съжаление, по-често срещаните ситуации показват, че педагозите не са наясно или не са информирани за ситуациите на тормоз. Това е така, защото учениците не информират възрастните и като цяло се срамуват да бъдат жертви.

Причините за мълчанието са различни, но тормозът често поражда плашещо и объркващо мислене. Да приемеш да бъдеш жертва и да покажеш слабост, не е лесно, а обидите оставят повечето деца несигурни как да се справят със ситуацията. Според проучване, проведено в САЩ, мнозинството запазва инцидентите на тормоз за себе си и не съобщава за тях ¹.

Знаем, че тормозът е свързан с властта и контрола; поради тази причина да бъдеш жертва предизвиква негативно усещане за безсилие или слабост, а това означава силен срам и неудобство. Също така сме сигурни, че учениците стават жертви на тормоз, защото са чувствителни към нещо или имат специфичен социален статус или физически атрибут. Това може да ги накара да се чувстват твърде смутени, за да го разкрият пред възрастен или връстник.

В) „Средата на тормоза“

Тормозът не спира след училище, а продължава в спортните, културните и религиозните институции, където децата и юношите ходят след училище. Освен това социалните мрежи могат да разширят ефекта в неопределена среда и последиците от тормоза могат да следват жертвите навсякъде.

Поради тази причина присъствието на всички преподаватели трябва да бъде постоянно, но това просто не е възможно, ако те не са добре информирани за явлението. Имайки предвид това, което вече представихме, да кажем, че те не знаят какво се случва.

В различни ситуации, свързани с живота в общността, учениците извън училище често изпитват необходимостта да се поддават на ситуации свързани с тормоз, за да укрепят своето чувство за принадлежност към групата. Често се поддават на натиска на връстниците и приемат тормоза като начин да поддържат принадлежността си към групата. Учениците

¹ U.S. Department of Education. [Student reports of bullying: Results from the 2017 School Crime Supplement to the National Crime Victimization Survey](#)



жертви са склонни да показват, че приемат тормоза, за да продължат да са част от групата. Тормозените често приемат приятелство с недружелюбни хора и най-вече, когато те са с висок социален статус, поради желанието им да бъдат включени в групата.

Съществува ли среда на тормоз? В училището ли е? Вярно е, че времето в училище и училището като място са любимата среда за създаване на ситуации на тормоз. Но не само училището е "идеалното" място за това. Нараняващо поведение, което е умишлено и затруднява жертвата да се защити или да защити другите в случай на неравнопоставеност на силите, може да бъде извършено във всяка ситуация, в която могат да се създадат групови взаимоотношения, в реални или виртуални ситуации. Когато взаимоотношенията придобият формата на непрекъснат социален обмен, може да се стигне до тормоз.

С този термин възнамеряваме да добавим нов фактор, който може да характеризира тормоза: общата принадлежност към реална или виртуална група. Това означава, че когато децата са във взаимни отношения, споделят една и съща среда, са част от един и същ "клуб". Без тази форма на членство или подобно условие, можем да имаме друга форма на насилие, основана на много голям списък от чувства, но може би не и тормоз.

Можем да потвърдим, че този елемент е доста теоретичен и че това условие не винаги е относимо. Но можем да бъдем напълно сигурни, че споделянето на чувството за принадлежност е от голямо значение, защото може да създаде условия за трудни и проблемни реакции от страна на тормозените. В същото време има и срам от идеята, че насилниците са все едно "приятели" като час от една и съща компания – този аспект често се потвърждава от наблюдателите, които с поведението си на просто наблюдаващи показват, че не са свидетели на неподходящо и осъдително поведение на насилие.

Тези настроения могат да бъдат възприети и в социалните медии. В този виртуален контекст можем да потвърдим, че аналитичният конструкт се основава на транзакциите, които се извършват между хората, както на вербалния обмен, така и на невербалните сигнали. Знаем, че учениците не могат да бъдат извън социалните медии, защото ангажираността е необходима и за поддържане на взаимоотношения. Да бъдеш извън или в група в WhatsApp е от значение за детето да бъде или да не бъде социално изключено или включено.

Можем да кажем, че когато извършваме социални „транзакции“, сме изложени на риск от тормоз и че никое място (реално или виртуално) не е непременно безопасно. В това смисъл педагогът играе съществена роля в предлагането на помощ на жертвата и в това да гарантира, че случаят ще бъде докладван. Въпреки това, когато сме в ситуация да трябва да докладваме, тормозът вече се е случил. Можем да се опитаме да избегнем най-лошите последици, но ситуацията сама по себе си вече е трудна.

Как наистина можем да реагираме, за да имаме подходяща стратегия? Ако приемем тези забележки, очевидно е, че всяка мярка, насочена към борба с тормоза, показва, че е ограничена до намеса, когато фактът е настъпил и може би е твърде късно да се помогне на



жертвата. Строгите закони срещу тормоза могат да се разглеждат като необходими действия, но те не са много добра стратегия за предотвратяване на явлението. Знаем, че жертвите, страничните наблюдатели и насилниците споделят една и съща среда, те знаят или са убедени да знаят, че са членове на един и същ "клуб". В много случаи те не осъзнават сериозността на своите действия.

За да се борим и предотвратяваме случаите на тормоз, трябва да осигурим ефективна, дългосрочна и образователна стратегия. Ако сме наясно, че "клубът" е мястото, където се случва тормозът, решението е да създадем безопасен клуб.

Възпитателната стратегия ни призовава да създадем по-безопасна среда, като действваме въз основа на смисъла на образованието. За да се изпълни тази стратегия, възпитателите могат да направят нещо за предотвратяване на всякакъв дисбаланс на властта в отношенията между тормозещия и жертвата, което е важно, защото отличава тормоза от други актове на насилие или агресия.

Тази стратегия означава, че ние разглеждаме общността като част от безопасната социална среда, в която децата могат свободно да изразяват своята индивидуалност. В тази социална рамка актовете на насилие или поведение, целящо да навреди физически или емоционално на децата, се забелязват по-лесно и вероятно е по-лесно да бъдат намалени.

С) Смисълът на общността

На този етап от дискусиата е необходимо да определим значението и концептуалните граници на Общността. Много сложният и детайлен характер на социалните компетентности, които са концептуалната основа на всяко възпитателно действие в областта на борбата и превенцията на тормоза, прави реалността им незавършена, когато се прилагат само в училищната среда, и ни принуждава да разширим визията си към други области, за да проверим дали децата създават свои собствени знания в контакт с по-широк списък от участници, които са възпитатели (дори и да не знаят, че играят тази роля). Учениците ежедневно прекарват време в множество неформални среди за учене, като пътуванд, неинституционално образование, доброволческа дейност, спорт. Преподавателите, участващи в тези дейности, активират гъста мрежа от образователни взаимоотношения както в училищните зони, така и извън тях (физически и не само).

Терминът "общност" се отнася до социална група, която се характеризира с дълбоко единство на целите, единство, което надхвърля интересите на отделния човек. Общността се основава на чувството за обща "принадлежност" на членовете. Тя е начин за практикуване на социално действие, определящо изграждането на "асоциация". В общността фокусът се премества от структурата и функцията на сдружението към смисъла, който му приписват неговите членове, освобождавайки го от ограниченията, представени от физическата или географската близост. Образователната общност е по-широка от териториалните си условия, но позволява да се



признае intersубективната значимост на общите ценности, чрез които тя придобива познавателни, морални и етични измерения.

Идеята за общността като училище и за училището като част от общността, спомената още от Дюи, придобива формата на социален живот, като система, отворена за извънучилищния принос отвъд училищните стени. За да се валоризира и обедини различният образователен опит, е необходимо във всяка образователна стратегия да се включат различни заинтересовани страни - родители, асоциации, съюзи, публични органи - които да споделят отговорността за развитието на образователните цели.

Образователната общност е възможна само ако се основава на признаването на реални взаимоотношения с акцент върху ясната и взаимна отговорност, споделяна от всички преподаватели (формални и неформални). За да бъде ефективна една образователна стратегия за борба с тормоза, тя трябва да бъде възприета от цялата образователна общност, като се постави в прозрачност общата мисия за насърчаване на безопасна и свободна учебна среда.

Образователната общност има ролята да развива социалния капитал, като същевременно гарантира, че тя се грижи за бъдещето на децата, като чрез взаимно доверие и лоялност може да постигне много повече от група, която не притежава тези качества.



2. Дефиниция на тормоз, кибертормоз и веригата на тормоза

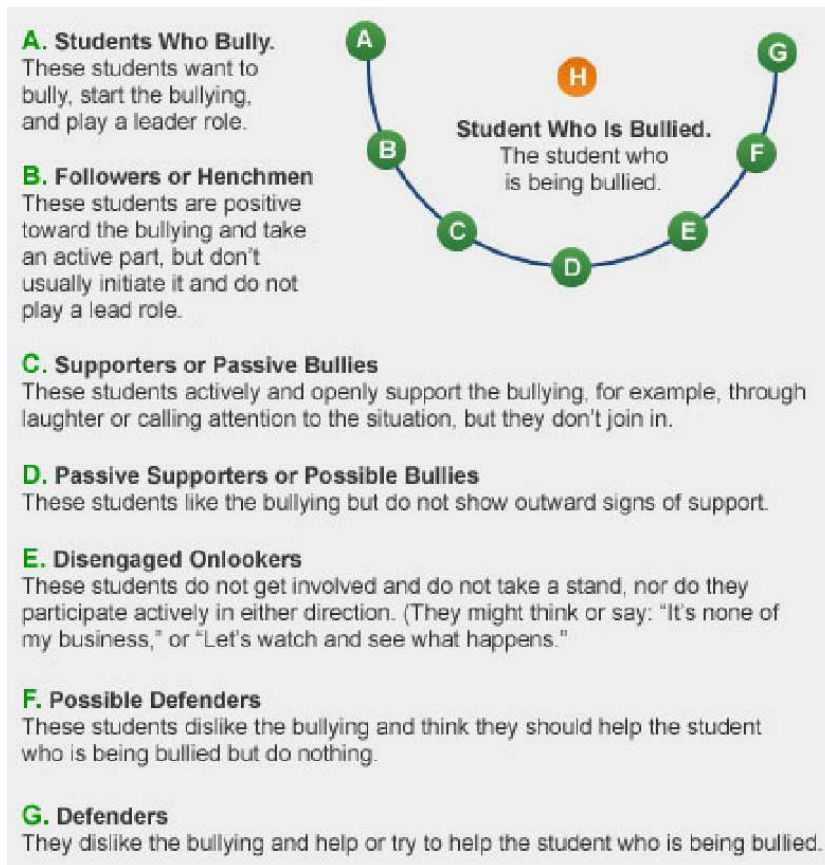
Главният въпрос е „възможно ли е да дефинираме какво е тормозът?“

Традиционната дефиниция идва от Дан Олвеус, създателят на Програмата за превенция на тормоз „Олвеус“: „Човек е подложен на тормоз, когато многократно и продължително е изложен на негативни действия от страна на едно или повече други лица и му е трудно да се защити.“

Това определение включва три важни компонента:

- Тормозът е агресивно поведение, което включва нежелани, негативни действия.
- Тормозът включва модел на поведение, който се повтаря във времето.
- Тормозът включва дисбаланс на властта и силите.

Във връзка с това определение „Кръгът на тормоза на Олвеус“ е следният:





А. Ученици, които тормозят – тези ученици искат да тормозят, започват тормоза и имат водеща роля.

Б. Последователи или поддръжници – тези ученици одобряват тормоза и взимат активно участие, но не са инициатори и нямат водеща роля.

Г. Поддръжници или пасивни агресори – тези ученици активно и открито подкрепят тормоза, като например се смеят или насочват вниманието към ситуацията, но не се включват.

Д. Неангажирани наблюдатели – тези ученици не се включват и не заемат позиция, нито участват активно в някаква посока. (Може да си мислят или да казват: „Не е моя работа“ или „Нека видя какво ще стане“).

Е. Възможни защитници – тези ученици не харесват тормоза и мислят, че трябва да се помогне на жертвата, но не правят нищо.

Ж. Защитници – те не харесват тормоза и се опитват да помогнат на жертвата.

З. Жертва – ученикът, който е подложен на тормоз.

Знаем, че тормозът е повтарящо се агресивно поведение, при което едно лице (или група от хора) в позиция на власт умишлено сплашва, малтретира или принуждава дадено лице с намерението да го нарани физически или емоционално. Актовете на тормоз могат да бъдат физически или вербални. Много млади хора могат да бъдат нелюбезни един към друг по време на юношеството, когато усъвършенстват социалните си умения и се превръщат във възрастни. Въпреки че тези взаимодействия са неприятни, има ясна граница между конфликта и тормоза. Случаите на тормоз трябва да включват и трите посочени характеристики:

- 1) Преднамереност – поведението е агресивно и е целенасочен опит да нарани някого
- 2) Повторяемост – тези агресивни действия са постоянни във времето спрямо определен човек или група
- 3) Дисбаланс на силите – агресорът има по-голяма физическа или социална власт от жертвата

Тормозът почти винаги се отразява емоционално на тормозеното дете, но действията, които представляват тормоз, са различни. Съществуват четири вида тормоз, които могат да се проявяват поотделно или едновременно:

- 1) Физически тормоз като ритане или бутане
- 2) Вербален тормоз като наричане с обидни имена или викане
- 3) Отношенчески тормоз като изключване или разпространяване на слухове
- 4) Кибертормоз, който включва изпращането на обидни съобщения чрез дигитални устройства като компютри и мобилни телефони

Ролите



Трите общопризнати роли в тормоза са **жертва**, **агресор** и **наблюдател**. Когато мислим за случаи на тормоз обаче, често ситуациите са сложни и не е лесно да бъдат разпределени в категории.

Страничните наблюдатели могат да създадат среда за тормоза, но могат и да се намесят, за да го спрат.

Предлагаме да внимаваме с етикетите. Използваме термините "жертва", "агресор/насилник" и "страничен наблюдател", за да обозначим ролите, които младежите могат да играят, като е важно да се вземе предвид въздействието, което тези етикети могат да окажат върху идентичността на младите хора. Въпреки че за улеснение тук използваме термините "жертва", "насилник" и "страничен наблюдател", смятаме, че е по-добре да се съсредоточим върху поведението на тормоза, а не върху етикетите.

Младежите в риск

Всички млади хора са изложени на опасността да бъдат въввлечени в тормоз. В зависимост от социалния контекст някои групи, както е статистически доказано, като лесбийки, гейове, бисексуални или транссексуални, младежи с увреждания и социално изолирани младежи, е по-вероятно да бъдат жертви на тормоз.

Какви са основните последици

Тормозът води до последици както за насилника, така и за жертвата. При младежите, които са били жертви на тормоз, се откриват следните явления:

- Депресия, тревожност, хранителни разстройства и суицидни мисли.
- Здравословни проблеми като главоболие, болки в корема, неволно изпускане през нощта, умора и проблеми със съня.
- Училищни проблеми като отсъствия, нисък успех и висок риск от отпадане от училище
- Младежите които тормозят са в по-висок риск от употреба на цигари и алкохол, справят се по-зле в училище и имат ниска адаптация към училищната среда, както и е по-вероятно да бъдат въввлечени в криминални дейности и да страдат от психиатрични разстройства.

Както вече казахме, трябва да бъдем предпазливи с етикетирането, но все пак представяме по-долу някои категории на най-често срещаните ситуации на тормоз:

Физически тормоз: Този по-стар вид тормоз включва редица агресивни прояви, при които едно лице има за цел да причини телесна повреда на друго лице (удряне, ритане, бутане, спъване, плюене...)

Вербален тормоз: Verbal bullying: Някои хора казват, че "думите никога няма да те наранят", но всеки, който е бил жертва на вербален тормоз (подигравки, заплахи, назоваване с обидни



имена, крещене, тормоз...), знае, че жестоките думи и страшните заплахи наистина могат да бъдат много болезнени.

Отношенчески и емоционален тормоз: При отношенческия тормоз децата използват приятелството - и заплахата, че то ще бъде отнето - за да наранят другите. Това е видът тормоз, който най-често се нарича "драма". Тъй като често се случва в контекста на някогашно доверително приятелство, драмата може да бъде особено объркваща и нараняваща, с огромни емоционални последици. Тя може да бъде трудна за разпознаване, но присъства навсякъде, където погледнете. Това е много премерен вид социална манипулация (разпространяване на слухове; изключване, наказание чрез мълчание, клюкарене, споделяне на тайни, разкриване на смущаващи аспекти от живота на жертвата, манипулиране на социалните ситуации), която може да накара жертвите да се чувстват изолирани и самотни. В по-голямата си част този вид тормоз е по-разпространен в женските социални групи, отколкото в мъжките.

Тормоз, основан на предразсъдъци: Всеки път, когато някой е тормозен заради своята раса, религия или сексуална ориентация, това е тормоз, основан на предразсъдъци. Нарича се така, защото коренът на атаката са предварителните предразсъдъци на тормозещия спрямо другото лице или лица. Макар че всичко може да започва оттук, този тип тормоз рядко е изолирано събитие. Обикновено той прераства във физически, вербален или кибертормоз.

Сексуален тормоз: Сексуалният тормоз може да има много различни форми. В допълнение към физическото нараняване на някого по сексуален начин, той може да включва и всякакви вербални или емоционални атаки, които целят да унижат или засрамят сексуално. В тази категория се включват безброй действия - от наричане с имена и груби забележки до неприлични жестове и нежелано разкриване или докосване.

Всички представени форми на тормоз (с изключение на физическия тормоз) могат да се случат онлайн. Това е това, което считаме за кибертормоз (тормоз с помощта на цифрови технологии и социални медии). Кибертормозът е особено тежък, тъй като никога не спира и не се ограничава само до определена среда (училище, спорт и т.н.), а е потенциално неограничен и има възможност да се разпространи бързо и широко, както могат да направят жестоките и обидни съобщения.

Тормозът и кибертормозът невинаги са алтернативни ситуации, но често се случват паралелно. Но кибертормозът (подигравки онлайн, изпращане на обидни съобщения, публикуване на смущаващи снимки, тормоз на някого в социалните мрежи, подиграване или изключване на някого от групов чат, създаване на фалшиви новини за някого, споделяне на лична или поверителна информация за някой друг, която предизвиква срам или унижение....) оставя трайна дигитална следа, която може да бъде разпространена от всички насилници и странични наблюдатели без ограничения.



Като се има предвид това определение на кибертормоза като "използване на неподходящо поведение, сила или влияние, пряко или непряко, устно, писмено, физически или чрез показване или използване на изображения, символи или по друг начин, за сплашване, измъчване, заплашване, тормоз или смушаване на други хора, като се използва интернет или други технологии, като например мобилни телефони". Дейвид Фаган, юрист, BizLegal.eu

Следват някои форми на кибертормоз:

1. Изключване

Изключването е умишлено действие, при което някой е изключен и с което ви пренебрегват. Изключването може да стане по няколко начина:

- Детето може да бъде изключено от партитата или дейностите на приятели.
- Приятелите на детето водят онлайн разговори и включват други хора, но не и него.
- Детето не използва социални мрежи и няма смартфон и поради тази причина нарочно е изключено от другите.

2. Малтретиране

Малтретирането е продължителна, постоянна и преднамерена форма на тормоз, включваща обидни или заплашителни съобщения, изпратени до вашето дете или до група.

Това е много опасна форма на кибертормоз. Той може да има сериозни последици за благосъстоянието на детето ви. Съобщенията обикновено са недобронамерени или злонамерени, могат да повлияят на самочувствието и увереността му и да го накарат да се страхува. Постоянното изпращане на съобщения означава, че жертвата не може да си откъхне. Агресорът полага изключителни усилия, за да предизвика страх и болка.

3. Излагане

Излагането е умишлено действие, целящо да злепостави или публично да унижи вашето дете или група чрез онлайн публикуване на чувствителна, лична или смушаваща информация без тяхното съгласие.

Това може да се случи по различни начини, а разкритата информация може да бъде сериозна или тривиална. Дори четенето на запамените съобщения на детето ви в мобилния му телефон може да се счита за форма на излагане. Не трябва да се разкрива лична информация и ако някой направи това, уверете се, че детето ви знае, че трябва да съобщи за това като за кибертормоз.

4. Киберпреследване

Тази форма на кибертормоз може да доведе до реални заплахи за физическото благополучие и/или безопасност на детето ви. Кибертормозът може да се отнася и до действията на



възрастни, които използват интернет, за да се свързват с млади хора и се опитват да се срещат с тях със сексуална цел. Това е много опасна форма на кибертормоз и може да има сериозни последици, ако не се направи нещо незабавно, за да се спре.

5. Хакване на профили

Хакването е, когато някой влезе в акаунта ви в социалната мрежа и се представя за вашето дете, като публикува неподходящо съдържание от негово име.

Това е много сериозно престъпление, което много хора смятат за смешно и забавно, но това не е така. Да се представяте за някого онлайн и да разрушавате репутацията му може да има сериозни последици. Помнете, че Google никога не забравя, така че всичко грубо, публикувано онлайн, никога няма да изчезне напълно, дори и да бъде изтрито.

6. Фалшиви профили

Фалшивите профили могат да бъдат създадени, за да може дадено лице да скрие истинската си самоличност с цел кибертормоз над детето ви.

Агресорът може също така да използва електронната поща или мобилния телефон на някой друг, за да го тормози. Така заплахите изглеждат така, сякаш някой друг ги е изпратил. Насилникът се страхува, че самоличността му ще бъде разкрита, затова предпочита да използва фалшиви акаунти. Това обикновено означава, че това е някой, когото детето ви познава много добре, защото ако не го познаваше, извършителят нямаше да има нужда да крие самоличността си.

7. Злословене

Злословенето е изпращане или публикуване на жестока информация за детето ви онлайн, за да се навреди на репутацията му или на приятелството му с други хора.

То може да включва и публикуване на материали онлайн, например снимки, скрийншоти или видеоклипове. Агресорът иска да злепостави детето ви, затова привлича внимание към това, което казва за него, за да накара другите хора да мислят, че то не е готино. Насилникът обикновено е някой, когото детето ви познава. Това може да го разстрои много.

8. Измама

Измамата се изразява в спечелване на доверието на детето, така че то да разкрие тайни или смущаваща информация, която след това насилникът споделя публично онлайн.

Насилникът ще се "сприятелски" с детето ви и ще му създаде фалшиво чувство за сигурност, преди да наруши доверието му и да изпрати личната му информация на трета страна.



9. Тролене

Троленето е умишленото предизвикване на ответна реакция чрез обиди или лош език в онлайн форуми и социални мрежи.

Тролът ще отправя лични нападки към детето ви и ще го унижи. Основната му цел е да го разгневи дотолкова, че да постъпи по същия начин. Троловете прекарват времето си в търсене на уязвими хора, които да унижават. Обикновено те търсят начин да се почувстват добре, като карат другите да се чувстват зле.

10. Кетфишинг (Catfishing)

Когато друго лице открадне онлайн самоличността на детето ви, обикновено снимки, и пресъздаде профила му в социалните мрежи с измамна цел, това е "кетфишинг".

Извършителят е човек, който иска да скрие същността си. Той ще разгледат профила на детето ви в социалната мрежа и ще вземе всякаква информация, за да създаде фалшива личност. Понякога те ще вземат само снимките на детето ви и ще използват фалшиви имена и информация; в други случаи могат да вземат неговото име и лична информация. Може да е трудно да се разбере защо извършителят прави това, но е важно да се знае, че той потенциално вреди на онлайн репутацията на детето ви (от <https://kids.kaspersky.com/10-forms-of-cyberbullying/>)

Трябва да подчертаем, че макар тормозът и кибертормозът да могат да се случат на всеки ученик, известно е, че някои са по-склонни да бъдат тормозени от други. Уязвимите групи включват ученици с увреждания или със специални образователни потребности, ученици лесбийки, гейове, бисексуални, транссексуални или интерсексуални (ЛГБТИ) и такива, които се възприемат като ЛГБТИ, както и ученици с култура, раса или религия, които се различават от основната култура, раса или религия в училището.

Понякога тормозът включва коментирание и оценяване на личните качества на други ученици и на това, че те са различни. Тези негативни коментари могат да се отнасят до:

- Външен вид и тегло
- Способност или увреждане
- Пол и сексуалност
- Култура, раса и религия
- Социоекономически статус.

Този вид тормоз е свързан с предразсъдъците, които учениците научават от семейната си група и от по-широката си социална общност относно ценността на разнообразието в общността.

Като цяло можем да кажем, че за да разберем какво е тормоз, е необходим "бинокъл". Само с един обектив фокусът се ограничава до индивидуалните нужди на учениците, участващи във



всички роли в рамките на тормоза: тези, които са агресивни, тези, които са жертви, и тези, които са свидетели на тормоза. Тази единствена гледна точка обаче не дава възможност за цялостно разбиране на проблемите на тормоза. Чрез добавянето на втора леща, както при бинокъла, може да се разшири фокусът, като се включат взаимоотношенията на учениците.

Тази втора перспектива разглежда социалната динамика в техните групи от връстници - и ролята, която възрастните (учители, родители, общността) играят за формирането на техния опит. Заедно тези две гледни точки предлагат по-цялостна перспектива за проблемите на тормоза. Това по-задълбочено разбиране на сложността на проблемите ще доведе до ефективността на иновацията на методологията SAFER и нейните многобройни подходи, които са необходими за по-доброто разбиране на това какво всъщност представлява тормозът в различните контексти, в които се случва.

3. Често срещаните митове за тормоза срещу фактите

Тормозът е дума, която предизвиква у нас спомени. Тя ни кара да се върнем към детството и юношеството си, когато сме били жертви или извършители, а може би и двете.

Трудностите, свързани с разбирането на явлението като цяло, засягат както младите хора, така и възрастните, които имат задачата да се грижат за тях. Понякога, ако не и често, епизодите се омаловажават, разбират се погрешно и се оправдават поради липсата на яснота за понятието и разпространението на убеждения или изтъркани теми, които се крият в общественото мнение.

В популярния си роман „Мечтателят“ (1994) английският писател Иън Макюън пресъздава своите спомени:

„В класа на Питър имаше хулиган. Казваше се Бари Тамърлейн. Той не беше винаги от всички тях мръсен, нямаше грозно и дори сенчесто лице, за да плаши, или струпии по пръстите, и не се въоръжаваше. Не беше толкова голям. Но не и от онези дребни, костеливи и нервни типове [...] беше хубав, мек и закръглен, без да е дебел; носеше очила, а на мекото му и розово лице блестеше среброто на брекетите. Често си придаваше тъжен и невинен вид, който се харесваше на някои възрастни и който се връщаше удобно, когато трябваше да се измъкне от неприятности.“

Тормозът е предмет на дискусии и анализи в литературата или в телевизионните предавания, когато не е в частните клубове. Въпреки това се разпространяват митове, които показват колко погрешни и опасни са тези недоразумения.

Тук ще се опитаме да разкрием някои от тях:



Първо – Учениците трябва „да се научат да защитават себе си“.

Първото широко разпространено убеждение с потенциално опасни последици е това на онези, които твърдят, че дори най-слабите трябва да се "научат да се защитават сами". Поддържането на това убеждение излага на риск от разглеждане на действията за защита като почти задължително изпитание по пътя към придобиването на силен характер, цел в нашето общество, където конкурентоспособността все повече и повече се превръща в обща желана цел. Това обаче е убеждение, което води до обвиняване на жертвата, което допълнително се омаловажава, а не на тези, които я преследват.

Второ – Това е вид пакост.

Явлението се минимизира чрез свеждането му до обикновена шега, до дреболия. Разликата между шегата и сложната динамика на тормоза е ясна и категорична и се основава главно на ситуацията на абсолютно равновесие между участващите субекти в първия случай, докато вторият се опира именно на несъответствието на силата и властта. Пренебрегвайки реалните и сложни измерения на проблема, човек само го подхранва и, което е още по-лошо, го легитимира.

Трето – Той/тя провокира ситуацията чрез неподходящо поведение.

Друг мит, който прехвърля вината върху жертвата, е да я държи отговорна за това, че е проявила такова дразнещо поведение, за да оправдае тормоза. Превод на това убеждение е класическото "той си го изпроси". Характерна атрибуция на профила на "жертвата провокатор".

Тази позиция и убеждение са опасни, защото могат да бъдат насочени към лица с проблеми с вниманието и хиперактивност, които поради това разстройство много трудно контролират поведението си и трудно спазват правилата на гражданското съжителство: не изчакват реда си да говорят, докосват вещите на другите, прекъсват игрите и т.н. Разбираемо е, че подобно отношение дразни другарите, но това не е основателна причина да се оправдават или легитимират действия на тормоз.

Четвърто – Агресорът е физически силен и произлиза от непривилегировано семейство

Друго клише е свързано със стереотипа на хулигана, който в колективното въображение се възприема като физически силен субект и произхождащ от семейства в неравностойно положение. Това невинаги е вярно, в много случаи насилниците произхождат от "добри" семейства и често дори не е необходимо да прибегват до физическа сила, за да надвият другите, тъй като притежават особено развити вербални и отношенчески умения, които, ако бъдат използвани с обидна цел, са в състояние да причинят също толкова сериозен



дискомфорт. Като алтернатива те могат да делегират на други (общителни) лица осъществяването на тормоза.

Пето – Тормозът може да се случи само в изключително деградирани и маргинализирани условия ("В това училище няма тормоз").

Противно на общоприетото схващане, това явление може да намери почва във всички среди, посещавани от младите хора, независимо от социокултурните условия на квартала, в който се намира училището. Именно това наблюдение трябва да подтикне всички училища, дори и тези, които смятат, че не са свързани с проблема, да организират обучителни курсове, насочени към познаване на явлениято и предназначени както за училищния персонал, така и за учениците и родителите.

Шесто – Тормозът е училищен феномен

За съжаление, тормозът може да се прояви във всички сфери на живота на децата и младите хора. Помислете например за случаите на тормоз по време на извънкласни дейности като спорт или музика.

Понякога, за съжаление, това се случва и сред бойскаутите или в ораторията.

Очевидно е, че тъй като училището е мястото, където децата ни прекарват по-голямата част от деня си, вероятността тормозът да е по-широко разпространен е по-голяма, отколкото другаде.

Седмо – Тормозът е често срещано и нормално поведение в детството и юношеството.

Въпреки че агресията е част от отношенията между децата и младите хора и невинаги трябва да се разглежда като нещо отрицателно, тя категорично не трябва да бъде преобладаващ начин на поведение. Социализацията винаги трябва да се основава на уважението и разбирането на другите.

Осмо – В класовете и училищата с по-малко ученици е по-малко вероятно да възникне тормоз.

Феноменът на тормоза не зависи от броя на учениците в училище или в класовете. Въпреки това, в малък контекст със сигурност е по-лесно да се контролира и предотврати явлениято.

Девето – Тормозът е феномен, който изчезва спонтанно с порастването

Макар да е вярно, че от количествена гледна точка тормозът намалява с напредването на възрастта, от друга страна е доказано, че с израстването формите на потисничество придобиват все по-страшни очертания (помислете за тормоза в зряла възраст или за формите на антисоциално поведение).



Десето – Тормозът прави характерави по-силен и ви учи да бъдете уважавани.

Това не е вярно. Тормозът не е полезен опит за развиване на по-голяма самоувереност; напротив, той поражда чувство на отчаяние, тъга и безсилие у тези, които го понасят.

Символно значение на митовете

За Платон митът в някои случаи се противопоставя на истината, но може да бъде и начин да се доближим до нея, когато сме достигнали границите на рационалното мислене. Тези митове се прилагат или чрез авторитета на древните традиции и чудодейните разкази, или от само себе си, като интуитивни и визуални представи за онова, което надхвърля силата на смъртното око. Оттук и символната стойност на мита, която се свързва с естетическата му стойност. В съвременната философия се върнахме към говоренето за мита или към разглеждането му като форма на естетическа интуиция, усещана като истинска и реална, поради което действаща в политически или религиозен смисъл върху практическите убеждения на хората (Б. Кроче), или към повторното му свързване, като символична дейност, с другите символични форми на изразяване (Е. Касирер).

Убеждение

Нагласа на субекта, който признава дадено твърдение за истина: различава се както от съмнението, което спира преценката, така и от увереността, която се отнася до обективната валидност на дадено понятие. В античната философия понятието убеждение се свързва с познанието, придобито чрез сетивата, и следователно попада в сферата на мнението, на което се противопоставя науката, която е познание за вечните истини. Убеждението като състояние на духа е широко тематизирана от съвременната философия. В разграничението на Лок между сигурно знание и вероятно знание убеждението е най-високата степен на съгласие, която може да се получи при вероятност въз основа на наличните доказателства.

ЧАСТ II

4. Защо подход “В безопасност: цялото училище и общност за превенция на тормоза” с фокус върху ролята на родителите и общността: от подход “цялото училище” към подход “цялото училище и общност”

Тъй като тормозът все повече се разглежда като екологичен и комплексен проблем, който изисква многостранно решение, справянето с агресивното поведение е само едната страна на монетата.



Другата страна е създаването на безопасен и грижовен училищен климат, чрез който се насърчава просоциалното поведение и на учениците се предлагат възможности за изграждане на тяхната социална компетентност и за утвърждаване на положителни ценности.

В литературата подходът към цялото училище се основава на предположението, че тормозът е системен проблем и следователно интервенцията трябва да бъде насочена към целия училищен контекст, а не само към отделните насилници и жертви.

През последните две десетилетия в международен план се полагат значителни усилия за прилагане на интервенции в рамките на цялото училище с цел предотвратяване или намаляване на проявите на тормоз. Програми за борба с тормоза в цялото училище са прилагани и проучвани в страни като Норвегия (Olweus, 1991), Обединеното кралство (Smith, 1997; Tattum, 1997), Италия (Gini, 2004) и Финландия (Salmivalli, Kaïrinen, & Poskiparta, 2010).

Методологията SAFER отчита факта, че тормозът не е само училищен проблем: той изисква подкрепа и решения от страна на общността. Всяко училище съществува в рамките на една по-широка общност и развиването на партньорства между училището и общността за предотвратяване и намаляване на тормоза е важно, защото в общността (която се превръща в образователна общност) са вградени основните възпитателни фактори, които играят роля в психофизическото развитие на младежите. Посланията за превенция на тормоза са по-добри и по-въздействащи, когато идват от разнообразна група хора, които децата и младежите уважават. Включването на общността помага да се гарантира, че младежите получават последователни послания навсякъде, където живеят, учат, играят.

Трябва да се подчертае, че всяка общност е уникална и следователно ангажирането ѝ за активно справяне с тормоза включва проучване на ресурсите ѝ, които биха могли да помогнат на училищата в подкрепа на усилията им. Поради тази причина проектът SAFER насърчава рамката за борба с тормоза "Цялостен училищен и общностен подход", която има за цел насърчаването на социалните и гражданските компетентности и възпитаването на общи положителни и демократични ценности и основни права. WSCA е не само специфичен за училищата (всяко училище може да използва рамката, за да разработи своя собствена система за превенция/интервенция, съобразена с реалните нужди), но и творчески и специфичен за общността (това е процес, който отчита изцяло анализиранията ситуация във всяка общност). Разбира се, тези два стълба се основават на нуждите на учениците.

Той има за цел да се справи с тормоза, като признава, че училището само по себе си не може да отговори на всички нужди на тази сложна група млади хора. Дори тормозът да се случва основно в училище, някои от най-съществените фактори за него може да са извън прекия контрол на училището, свързан с нагласите на родителите, общността, в която живеят нашите деца, и по-широките обществени проблеми.



Рамката на WSCA е насочена преди всичко към изграждане на устойчивост и осигуряване на превантивни действия срещу тормоза. Необходимо е обаче също така да се разпознават признаците и да се реагира на тормоза, когато той възникне, както и да се осигури ефективна подкрепа, когато ученикът страда тежко.

Тъй като училището е центърът на живота на общността, има много силна основа, върху която може да се изгради подходът на цялото училище и на общността, който се фокусира върху превенцията и ранната интервенция, когато е необходимо, като се следват аспектите, описани по-долу:

ИНДИВИДУАЛЕН	ИНТЕРПЕРСОНАЛЕН	SAFER WSCA
--------------	-----------------	------------

Предположения	Хората имат контрол върху поведението си и с подходящата информация могат да го променят.	Индивидуалните здравни поведения са повлияни от: отношенията, социални интеракции, социални норми.	Индивидуалното поведение е повлияно от социалната и физическата среда. Има различни нива на взаимоотношения в групата, които изискват различни стратегии, за да бъдат променени.
Възглед за тормоза	Тормозът като индивидуален акт.	Тормозът като интеракция между двама души, която включва и странични наблюдатели.	Тормозът е системен процес, който включва тормозещите, тормозените, учителите и училището, дома и широката социална среда.
Подход към справянето с тормоза	Обяснява проблема с тормоза, като предоставя информация за вредните последици и се намесва при поведенчески инциденти.	Възпитава в здраве и благополучие, като развива уменията на хората да се справят с взаимодействията.	Развива груповите умения чрез многостранни подходи, насочени към различните нива в училище. Търси подкрепата и включването на учениците и общността.

Какво представлява Рамката за борба с тормоза на SAFER, основана на придобиването на социални и граждански компетентности и на познаването, насърчаването и притежаването на общи положителни ценности и основни права не само на ниво ученици и училища, но и на ниво общност?

Прегледът на най-разпространените училищни програми за борба с тормоза стига до извода, че е малко вероятно програмите на едно ниво да бъдат ефективни поради системния и комплексен характер на тормоза (Smith et al., 2004; Vreeman and Carroll, 2007).

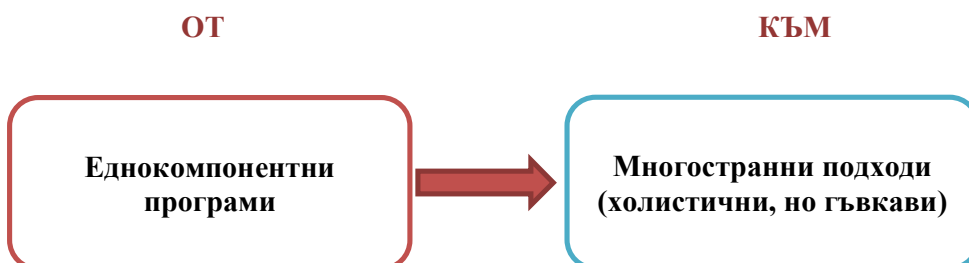
Инициативите за борба с тормоза имат най-голям шанс за успех, когато са изготвени в по-широка рамка.

В рамката на SAFER WSCA домът, училището и общността се наричат "припокриващи се сфери", които влияят както на децата, така и на условията и взаимоотношенията в трите контекста. Вътрешната сфера се отнася до взаимодействията и моделите на влияние, които се случват между хората у дома, в училище и в общността (Epstein et al., 2002). Обрато,



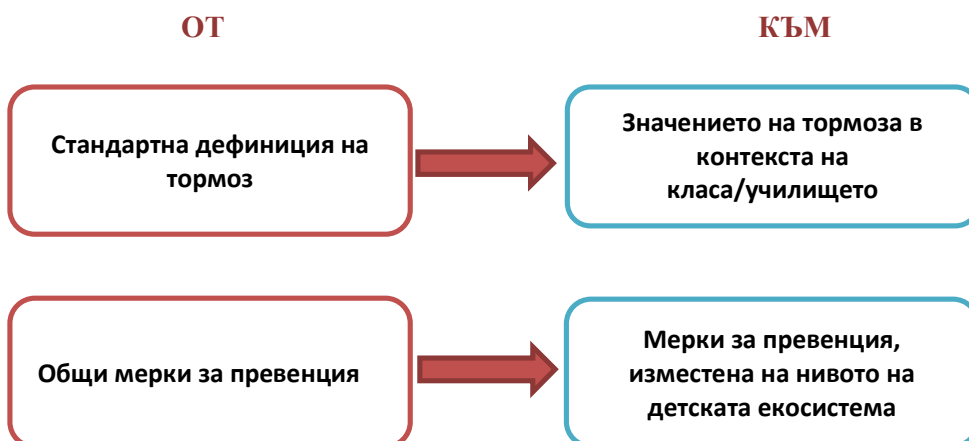
външната сфера се състои от външните контексти, в които живеят учениците (напр. дом, училище и общност).

Така че рамката SAFER WSCA за борба с тормоза позволява промяната:



Вече подчертахме, че тормозът няма едностранно определение: той взаимодейства с други променливи, като например училищния контекст (съставът на училищната/класната популация и размерът и различията в малцинствените групи и групите на мнозинството оказват влияние върху тормоза); тормозът зависи и от климата в класната стая, динамиката на групата на връстниците, отношенията между учителите и учениците и връзките между дома и училището (напр. Espelage и De La Rue 2012; Swearer и Doll 2001). И накрая, социалната тъкан на връстниците включва сложна властова динамика, включваща популярност, отхвърляне, дискриминация, социални скриптове, тълпи, клики, отбори, клубове, включване, изключване и др.

За по-точно разбиране на случващото се е необходимо да се разгледат и други фактори, като например училищният контекст, включително социалният, културният, политическият, езиковият и религиозният контекст, по-специфичната групова принадлежност и оценките за разпространението на тормоза като цяло. Рамката на SAFER WSCA за борба с тормоза разглежда следните иновативни аспекти:



Това означава, че не просто трябва да се прилага универсална програма за различните възрасти, а да се адаптира програмата към важните лични и социални проблеми, които



възникват по време на чувствителните фази на развитие, и съответно педагогиката да се основава на когнитивното, социалното и моралното развитие. Това означава също, че програмата може да се прилага по различен начин в различните възрасти (гъвкавост), за да се адаптират различни, но подходящи средства за постигане на една и съща цел.

Тъй като е необходим диференциран фокус, програмата SAFER е замислена като рамка с инструменти и други дидактически компоненти, които могат да бъдат непрекъснато прилагани и усъвършенствани в ежедневието, в живия опит на училищния живот. Това оказва влияние и във връзка с необходимостта от много по-силен акцент върху участието на учениците при разработването на подхода за борба с тормоза.

Освен това повечето стратегии за борба с тормоза акцентират върху процедурните аспекти (Veugelers, et al, 2017), а не върху насърчаването на умения и способности, които подпомагат психологическото израстване, междуличностните отношения и положителния училищен климат. Методът SAFER WSCA се основава на придобиването на социални и граждански компетентности, на насърчаването на общи положителни и демократични ценности и на познаването, притежаването и упражняването на основните права. В Програмата за устойчиво развитие до 2030 г., в Цел 4 относно образованието, се потвърждава, че образованието в областта на правата на човека е ключово за качествено образование, и се подчертава (Цел 4.7), че всички учащи трябва да придобият знания и умения в областта на правата на човека.

Програмата SAFER гарантира, че контекстът и начинът, по който се организира и провежда обучението, са в съответствие със социалните компетентности, универсалните ценности и основните права на човека (например участие, приобщаване, свобода на мисълта и изразяването и т.н.), като признава, че процесът на обучение е също толкова важен, колкото и съдържанието на обучението. Тя включва предоставяне на знания и разбиране на нормите и принципите, ценностите, които ги подкрепят, и механизмите за тяхната защита, като дава възможност на учениците да се ползват и упражняват правата си и да уважават и защитават правата на другите.

Програмата за социални компетентности и обучението по права на човека използват подход, основан на участието и адаптивността.



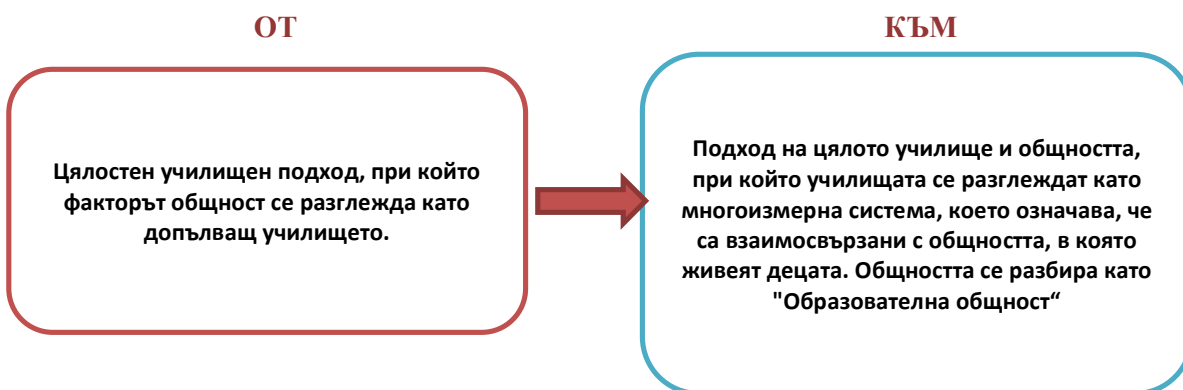


Демократичният, социален и основан на правата подход може значително да допринесе за предотвратяване на тормоза: той насърчава социалното сближаване, интеграцията и стабилността. Той също така насърчава развитието на училищна среда, в която децата се чувстват включени и техните мнения се ценят. Той може да насърчи разбирането на други култури и народи, да допринесе за межкултурния диалог и зачитането на богатството на културното многообразие, както и на правото на участие в социалния и културния живот. То може също така да насърчи разбирането на многообразието и различията, основани на пол, раса, етническа принадлежност, сексуална ориентация, вяра, културен или икономически произход, увреждания или лични характеристики. По този начин той може да послужи за укрепване на социалното сближаване.

Така или иначе, само по себе си той не е достатъчно, за да се промени поведението на тормоз. То трябва да бъде допълнен от подход, обхващащ цялото училище и общността, и от редица други измерения (индивидуални фактори, фактори на ниво връстници, училищни фактори, семейни фактори и фактори на общността).

"Подходът на цялото училище и общността" признава, че ученето и благосъстоянието са тясно свързани и че всички аспекти на училището и общността могат да повлияят на благосъстоянието на учениците. При този подход училищата се разглеждат като многоизмерна система, което означава, че са взаимосвързани с общността, в която живеят нашите деца, и с по-широките обществени проблеми. Учениците живеят във взаимосвързани микросистеми (където микросистемата може да се разглежда като модел от дейности, социални роли и междуличностни отношения, преживявани от развиващия се човек в дадена среда лице в лице - Bronfenbrenner 2005, с. 147) и когато пораснат, микросистемите, различни от училището, като спортни асоциации, квартали, други социални среди извън училището стават все по-влиятелни.

Поради тези причини програмата SAFER трябва да се разглежда като цялостен училищен и общностен подход - WSCA (колективен, холистичен и всеобхватен), включващ на по-дълбоко ниво членовете/организациите на общността, разбрана като образователна общност.





5. Ключови действия за изпълнението на SAFER WSCA

Рамката на WSCA обръща внимание преди всичко на връзката между по-широката екология на училището/общността и нивото на поведение на тормоз.

Тя служи като ръководство за началните и средните училища (ученици на възраст от 8 до 14 години), но е предназначена за използване и от редица партньори, които работят в училищата и с тях за предотвратяване и справяне с тормоза и други форми на насилие от връстници. Така че, макар да е изготвена предимно за тези училища, голяма част от съдържанието е еднакво приложимо и в други среди, като например детски заведения, средни училища, служби в подкрепа на децата и семействата, спортни и културни асоциации.

Целта е да се предотврати тормозът чрез преподаване, както и чрез всички други аспекти на училищния и обществен живот. Това е етика на:

- придобиване на социални и граждански компетентности, като разбиране, уважение, социална отговорност, решаване на конфликти и гражданска позиция. Тези качества са не само крайъгълен камък на правата на човека, но и основа за сплотена, продуктивна и мирна класна стая, училище и общество.
- насърчаване на общи положителни и демократични ценности, разглеждани като етично-идеологическа, политическа и психосоциална платформа, върху която могат да бъдат разработени стратегии за привличане на вниманието към и предотвратяване на тормоза
- познаването, притежаването и упражняването на основните права (например участие, приобщаване, свобода на мисълта и изразяването и т.н.), което дава възможност на учениците да ползват и упражняват правата си и да уважават и защитават правата на другите.
- създаване на благоприятна среда, в която младите хора са насърчавани да реализират личния си потенциал, където те разцъфтяват, учат и емоционално се развиват, подкрепяни от учители, които работят в култура, която цени и тяхното собственото благосъстояние.
- прякото участие, освен на учителите, учениците, училищния персонал и другите специалисти, работещи в училището, на родителите и на по-широката общност, която заобикаля училището.

Методът започва с анализ на вътрешното личностно измерение на учениците (личностно ниво) - (биографичен въпросник), така че използването и на другите три измерения (клас-училище-общност) означава да се гарантира пълната ангажираност и овластяване на учениците като главни лица в рамката на WSCA за борба с тормоза, като по този начин се "насърчава пълноценното участие на децата в усилията за предотвратяване и реагиране на



насилието и тормоза в училище" (което е един от основните изводи, подчертани във вече цитираната публикация на ЮНЕСКО (стр. 9).

Подходът SAFER е холистичен, но гъвкав: многостепенна и многоаспектна стратегия, която изхожда от диференцирани нужди и различни нива на превенция и интервенция и която се основава на защитаващо и подкрепящо образование, основано на придобиването на компетентности и ценности.

Той се стреми да насърчава израстването, а не просто да предотвратява, стреми се да разшири отношенческия аспект на тормоза и да премине от устойчив индивид и устойчиви системи към приобщаващи такива (Downes 2017, 2018a).

Като цяло подходът WSCA:

- включва ангажираността на учителите и целия училищен персонал
- насърчава просоциалното поведение, както и справянето с тормоза
- използва многообразни стратегии и дидактически инструменти, които работят на различни нива в училищната и общностната система
- позволява избор на дейности и компоненти, които отговарят на контекста и целите на всяко училище и които могат да бъдат адаптирани към нуждите на всяко училище и целевата възраст на учениците

Що се отнася до процеса, рамката WSCA:

- повишава осведомеността за тормоза
- работи в сътрудничество с училищната общност
- предоставя продължаващо обучение за училищния персонал
- осигурява информация или обучения за учители
- мониторира промените и прави корекции

Можем да кажем, че SAFER WSCA е по-скоро начин на работа, отколкото определена програма. Компонентите ще се различават, отразявайки уникалния характер на всяко училище и общност.

6. Инструменти и други дидактични компоненти на рамката WSCA

Рамката предвижда инструменти и материали за различните бенефициенти; тя може да се разглежда като мозъчен тръст и хранилище на учебни материали и дейности за:

Учители и училищни екипи

- ***Програма за подкрепа на учителите – рамката WSCA***
- ***Наръчник за учители с планове на уроци:*** как да се прилага рамката на WSCA за борба с тормоза, основана на придобиването на социални и граждански



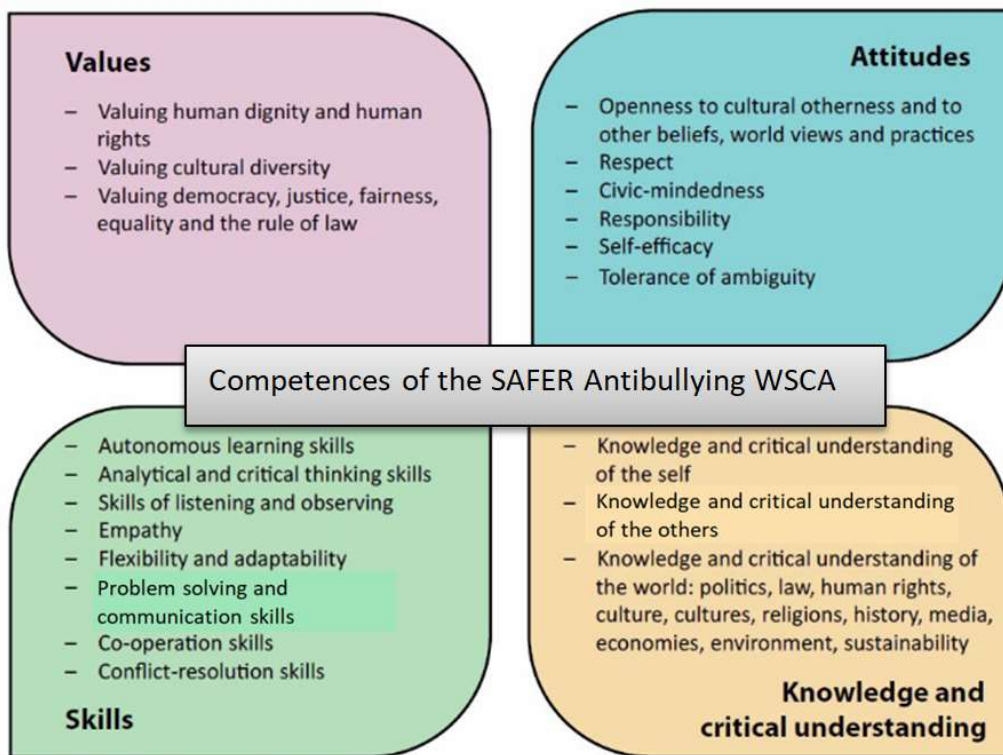
компетентности, на насърчаването на общи положителни и демократични ценности и на познаването, притежаването и упражняването на основните права. Всеки учител може да избере своя собствена програма, като използва набор от практически дейности, които са по-свързани с училищната среда, визията, стратегията за борба с тормоза.

- **Подкрепящи инструменти** (видеа, материали за задълбочена подготовка, онлайн ресурси...)

Ученици

- **Наръчник с упражнения и практически дейности:** наръчник/тетрадка, която помага на учениците да разберат по-добре как изглеждат различните форми на тормоз и как да се държат, какво да правят и какво да не правят, ако станат жертва или свидетели на тормоз в училището или извън него. В допълнение към конкретното съдържание има други материали, които могат да се използват за по-добро разбиране на начините за справяне с тормоза и които са свързани с ценностите и компетентностите, които трябва да бъдат насърчавани. Това е набор от практически упражнения/ инструкции за работилници/ практически дейности/ ролеви игри с участие/ сценарии за решаване на проблеми.
- Идеята е да се ангажира както сърцето, така и умът на ученика: като предоставят на учениците възможности да практикуват, да получават конструктивна обратна връзка и да прилагат отново тези умения, програмите за обучение насърчават учениците да изследват внимателно собственото си поведение и избори, да обмислят ефекта от поведението си върху себе си и своята среда и да помислят какво биха могли да направят по различен начин. Тези основни концептуални измерения се основават на и включват аспекти от трите области на ученето: а) познавателна - за придобиване на знания, разбиране и критично мислене; б) социално-емоционална - за придобиване на чувство за принадлежност към човечеството, споделяне на ценности и отговорности, емпатия, солидарност и уважение към различията и многообразието; и в) поведенческа - за ефективно и отговорно действие, насърчаващо тяхното съзнание и активно участие.

По този начин учениците могат да бъдат ангажирани с мисловни задачи от по-висок порядък (напр. анализ, синтез, оценка, размисъл) чрез различни дейности, така че да постигнат по-активна и пряка ангажираност, следвайки схемата по-долу:



Компетентности на SAFER

Ценности: оценяване на човешкото достойнство и човешките права, оценяване на културното многообразие, оценяване на демокрацията, правото, справедливостта, равенството и върховенството на закона

Нагласи: отвореност към други култури и други вярвания, възгледи за света и практики, уважение, гражданско съзнание, отговорност, Аз-ефективност, толерантност към двусмислията

Умения: автономни умения за учене, умения за аналитично и критично мислене, умения за слушане и наблюдение, емпатия, гъвкавост и адаптивност, решаване на проблеми и умения за общуване, умения за сътрудничество, умения за разрешаване на проблеми

Познания и критично разбиране: за себе си, другите и света (политика, право, човешки права, култури, религии, история, медии, икономики, околна среда, устойчивост)

“Гласовете на учениците”: лично пространство на училището на уебсайта на проекта, където учениците могат да споделят своите възгледи и убеждения, но също така и своите мисли, чувства и гласове

Родители и членове на образователните общности

- **Наръчник:** стил на възпитание и поведение на възрастните в превенцията и интервенцията в случаите на тормоз

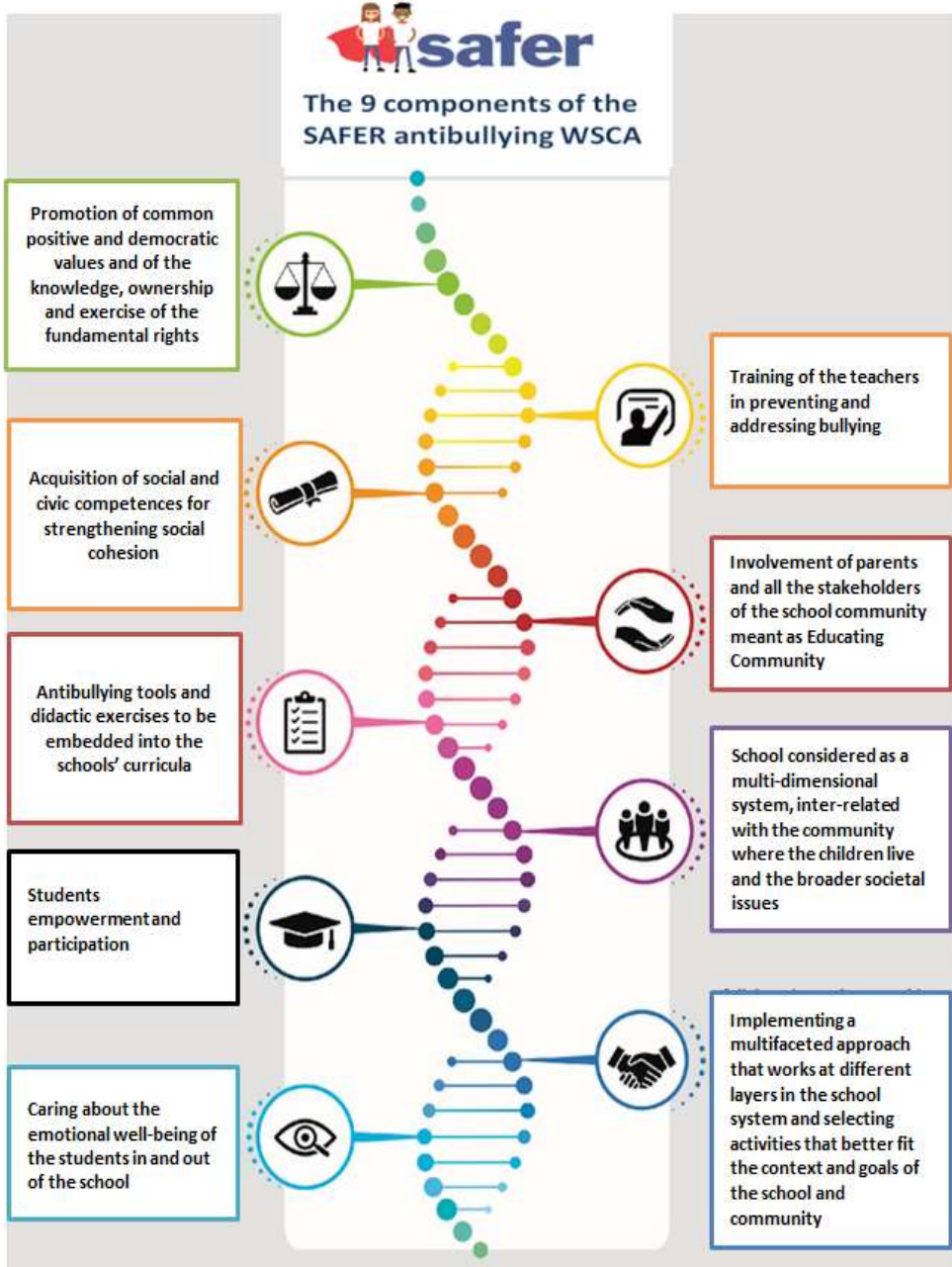


- **Рамка на WSCA за борба срещу тормоза: информационни листове**
- **Документ „Харта за борба срещу тормоза“**
- **Други формиращи и информационни материали за родители и членове на общността**

Тъй като моделите на взаимодействие в семейството и общността могат да допринесат за превенцията на тормоза, важно е да помогнем на родителите и членовете на общността да се замислят върху собствения си стил на възпитание и поведение и да им дадем насоки как най-добре да насърчат възприемането на просоциални ценности. Много от подходите за включване на родителите/общността в превенцията на тормоза са по-скоро подходи отгоре надолу, от информационен тип, отколкото подходи, които ги включват активно. Така че, освен в материалите, те ще бъдат постоянно включени в стратегиите на училището/общността за осъществяване на съвместни действия между училището, родителите и общността и осигуряване на постоянни положителни отношения (родителски вечерни щандове; споделени пространства, които събират различни групи - художествени и спортни съоръжения, библиотеки, зелени площи, религиозни центрове...; училищна кампания за борба с тормоза, работни срещи ученици-родители-учители-общност....).

Дидактическите материали, свързани с рамката на WSCA за борба срещу тормоза, така или иначе са свързани с ценности и умения, които могат да се разглеждат и избират, като се фокусират върху четири различни аспекта: межкултурна призма, социална и гражданска призма, глобално гражданство и права на човека.

Що се отнася до компонентите на SAFER WSCA, те са описани по-долу:



9 компонента на рамката SAFER WSCA за борба срещу тормоза:

1. Насърчаване на общите позитивни и демократични ценности и на знанието, притежанието и упражняването на фундаментални права.
2. Придобиване на социални и граждански компетентности за засилване на социалната кохезия.
3. В учебните програми да бъдат включени инструменти и дидактични упражнения за борба срещу тормоза.
4. Овластяване и включване на учениците.
5. Грижа за емоционалното благополучие на учениците във и извън училище.



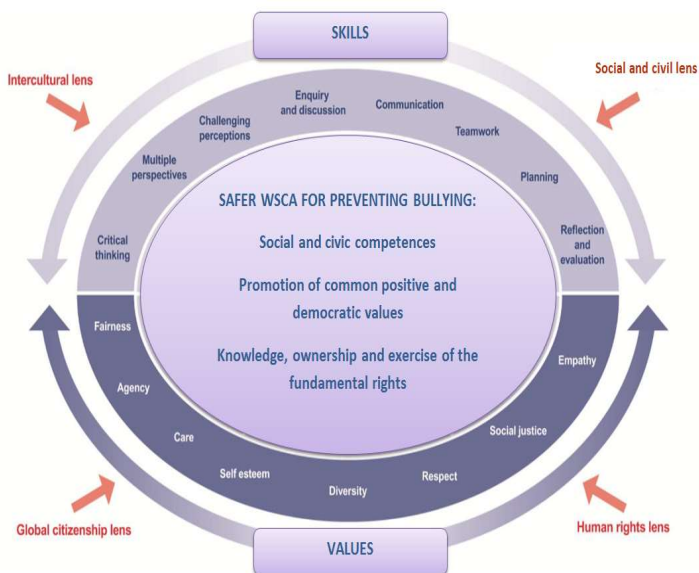
6. Обучаване на учителите в превенция и справяне с училищния тормоз.
7. Участие на родителите и всички заинтересовани страни като образователна общност
8. Училището се разглежда като многоизмерна система, взаимосвързана с общността, в която живеят децата, и която е свързана с по-широките обществени проблеми.
9. Прилагане на многостранен подход, който работи на различни нива в училищната система, и избор на дейности, които по-добре отговарят на контекста и целите на училищната общност.

И накрая, следната схема прави преглед на това кои компетентности и ценности се насърчават и укрепват чрез прилагането на рамката на WSCA за борба с тормоза. Всички партньори/заинтересовани страни, участващи в изпълнението на рамката, трябва да бъдат открити и отзивчиви един към друг и да са наясно с ролите и отговорностите си. Разбира се, нивото на изпълнение и конкретните действия, които ще бъдат предприети, могат да варират значително в различните училища, във връзка с нуждите и по отношение на общността, която заобикаля училищната среда.

УМЕНИЯ/ЦЕННОСТИ

Межкултурна призма, призма на глобалното гражданство, призма на човешките права, социална и гражданска призма

Критично мислене, множество перспективи, оспорване на възприятията, проучвания и дискусии, комуникация, екипна работа, планиране, рефлексия и оценка, емпатия, социална справедливост, уважение, многообразие, самооценка, грижа, съдействие, справедливост



Благоприятните ефекти за целевите групи са обобщени в следващата фигура:

Училище – Култура срещу тормоза, по-добри познания за климата на тормоза в училище, превантивен подход, по-добри връзки с училищата и общността

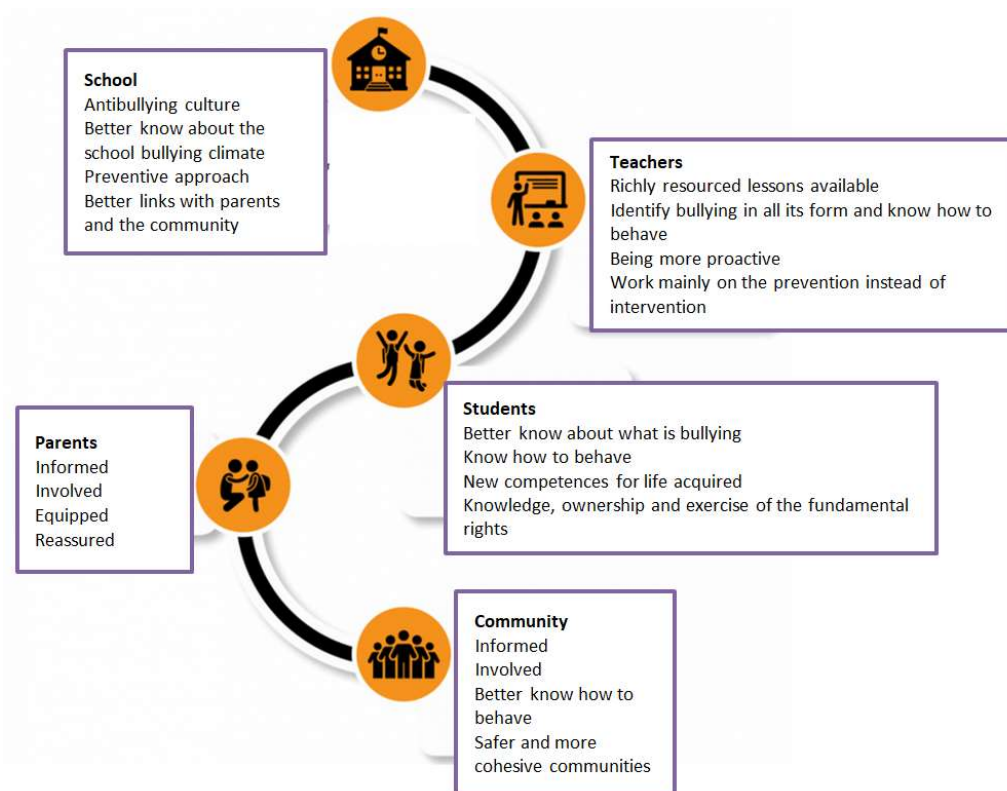
Учители – Богати ресурси на разположение, разпознават всички форми на тормоз и знаят как да подхождат, по-проактивни са, работят главно върху превенция вместо върху интервенция

Ученици – Знаят по-добре какво е тормоз, знаят как да се държат, придобиват нови житейски умения, познание, притежание и упражняване на фундаментални права



Родители – информирани, включени, подготвени и успокоени

Общност – информирана, включена, знае по-добре как да подходи, по-безопасни и сплотени общности



7. Стратегиите на SAFER за превенция на тормоза и интервенция във и извън училище

Като част от политиката си за борба с тормоза училищата планират действия и стратегии за превенция и управление на случаи на насилие в училище. Според данните от изследване (Artinopoulou, 2001) рамката за превенция и управление на случаите на насилие и тормоз в училище се разделя на три нива:

- i. ниво на първична превенция, което се отнася до общата популация в контекста на училищната среда (безопасен и отговорен училищен климат).
- ii. нивото на вторична превенция, което включва интервенция при уязвими групи ученици и управление на високорискови фактори (ранна идентификация и интервенция).
- iii. ниво на третична превенция, което е свързано с управлението на случаи на насилие в училище с цел намаляване на повторните случаи (ефективно управление на кризи).



Действията и стратегиите могат да се прилагат към различни целеви групи: индивиди (конкретни лица), групи (напр. уязвими групи), клас, училище, общност. При планирането на действията и стратегиите трябва да се вземе предвид нивото на способностите и уменията на учителите, както и етапът на развитие на учениците.

Как може да се гарантира, че дизайнът на дейностите отговаря на нивото на уменията на учениците и учителите?

Включването на учителите и учениците в планирането на стратегиите и действията е отговорът на въпроса за развитието на техните умения, както и за желанието им да участват, което отчасти ще осигури устойчивост на тези действия. Степента на успех на стратегиите и действията за превенция и управление на насилието в училище зависи и от степента на участие на учителите в тяхното планиране и изпълнение. Участието на директорите на училищата изисква те да отделят време и усилия за планирането, изпълнението, но и за устойчивостта на политиката; в някои случаи и за намирането на материали и финансови ресурси (например спонсорство).

А. Превантивни стратегии и дейности

При планирането и прилагането на стратегии и действия за превенция трябва да се обърне внимание на:

- ✚ Преглед на политики за борба с насилието и тормоза
- ✚ Оценка на потребностите
- ✚ Оценка на приоритетите
- ✚ Целеполагане
- ✚ Определяне на целевите групи
- ✚ Включване на всички членове на училищната общност
- ✚ Оценка на уменията и способностите на учителите
- ✚ Избор на хората, отговорни за внедряването на стратегиите
- ✚ Определяне на ролята на членовете на училищната общност
- ✚ Посочване на методите за оценка

Развитие на училищен дух

Климат на сътрудничество, солидарност и доверие между членовете на училищната общност

- Управляем размер на училищната популация и добро съотношение между учители и ученици
- Ниско текучество на учители и персонал
- Мрежуване и сътрудничество с общността, местната общност и други училища
- Участие в транснационални и международни изследователски програми, обмен на добри практики и сътрудничество между училищата (напр. "Еразъм").



В. Стратегии за справяне със случаи на насилие и тормоз

Ефективното управление на случаите на насилие и тормоз в училище е възможно, когато към всеки инцидент се подхожда гъвкаво, като се отчитат естеството и формата на насилието и тормоза, личността и способностите на участниците и реакциите на "жертвата".

Стъпки за управление на случаите на насилие и тормоз:

- 1. Откриване на проблема или конфликта**
- 2. Незабавна намеса за прекратяване на инцидента**
- 3. Идентифициране на участниците в инцидента**
- 4. Информирание на хората, включени в училищната политика, права и отговорности**
- 5. (Ако е наложително, се информират родителите на учениците)**
- 6. Изразяване на мнения**
- 7. Идентифициране на мотивацията и интереса на страните**
- 8. Ако училищният правилник го изисква, налагане на наказание на "насилника".**
- 9. Ако не е посочено в правилника на училището, потърсете възможни решения**
- 10. Оценяване на възможните решения от гледна точка на задоволяване на нуждите на всички страни в рамките на училищната политика.**

По време на управлението на инциденти учителите или ръководството на училището трябва да гарантират, че независимо от резултата от инцидента:

- **Тормозеният/Жертвата не носи никаква отговорност за проявата на насилие – Безопасността на „жертвата“ е гарантирана по време на целия процес, както и след това.**
- **Тормозещият/Насилникът осъзнава щетите и ефектите от своите действия и поведение както върху „жертвата“, така и върху училищната общност.**
- **Правата на участниците се спазват по време на процедурите и последствията от инцидента.**
- **Развитието и използването на уменията на участващите се насърчава по конструктивни начини.**
- **Използването на санкции, дисциплинарни наказания, но и награди да се извършва разумно, в границите и според принципите на политиката на училището.**

Учителите/директорите, които управляват инцидента, трябва да информират учениците наблюдатели за тяхната роля в превенцията и разрешаването на конфликти, като разясняват отрицателните ефекти от тормоза върху участниците, последствията от тяхното безразличие или пасивност при справяне с явлението и необходимостта от сътрудничество на всички членове на училищната общност за справяне с насилието в училище.



Стратегии за превенция и управление на тормоза

- **Създаване на „Меморандум за действие“ за превенция на училищния тормоз на ниво клас**, за да знаят учениците своите задължения и да действат по съответния начин. Дейности в началото на учебната година.
- **Представяне на Меморандума на среща на следващия учебен ден.**
- **Създаване на Група за подкрепа или Приятелска Група във всеки клас**; учениците ще се сменят всяка седмица, така че всички деца в класа да могат да поемат роли и да развиват своите лични и социални умения чрез тях.
- **Създаване на Група за превенция и управление на тормоза в училище**, състояща се от учител/и, родители и ученици от по-големи класове. Групата ще планира програма от действия с цел повишаване на информираността на всички членове на училището и на по-широката общност по въпроси като: правата на човека, формите на насилие и последиците от тях, защита на уязвимите групи, ролята на семейството в превенцията на училищния тормоз и др.
- **Създаване на училищен блог (или страница/тагове на уебсайта на училището), където ще бъдат публикувани всички дейности на класовете и училището**
- **Определяне на Ден на приятелството** Веднъж месечно в училище ще се организира Фестивал на приятелството (напр. в последните два часа на последния петък от месеца), където ще бъдат поканени и семейства. Всеки клас ще подготви и представи дейност/проект (музикален, театрален, визуален, дигитален или печатен и т.н.), който ще има за цел да подчертае стойността на приятелството. Това ще бъде малък празник, който ще подчертае положителните елементи на сътрудничеството и приятелството.
- **Учредяване на награда „Герой на добротата или приятелството“ или „Приятелска звезда“** на ниво клас, която да се присъжда на ученици, които са демонстрирали такова поведение* всеки месец, по време на сутрешна церемония с участието на всички членове на училището. Победителят може да бъде избран чрез гласуване в класа и като се вземат предвид конкретни действия и инициативи на учениците. Награденият ученик може да има някои привилегии или задължения, докато носи звездата, например да предлага дейности/игри/посещения в класната стая или училище.

**Наградените поведения ще бъдат включени в правилата за вътрешна дейност на училището и ще бъдат резултат от консултации с всички класове, учители и родители. Това действие трябва да бъде приоритет за училището още с началото на учебната година.*

- **„Говори с мен“** Във всяко училище може да се създаде място за срещи („**Място на разбирателството или приятелството**“), където ще има учител (напр. по време на междучасие при седмична или месечна ротация в зависимост от интереса на учениците) за ученици, които имат нужда да се срещнат и разговарят с него/нея.



Учителят ще бъде до тях, за да ги изслуша, посъветва и напътства, за да се справят с това, което ги тревожи, или със случаи на насилие в училище.

- **Кутията "Пиши ми"** (като продължение на предишното действие). В обща и лесно достъпна част на училището е поставена кутия, където децата могат да оставят бележка, в която да споделят всичко, което ги притеснява във връзка с насилието в училище, така че отговорният учител да може да насрочи среща и да инициира комуникация
- **"Мрежа от училища без насилие"**. Създаване на мрежа от училища срещу насилието, които също ще организират действия и събития за повишаване на осведомеността в общността (общо лого, флаг, значки).
- **Покана към местни обществени организации и училищни колективи** с цел подчертаване на доброволчеството, активното гражданство, солидарността и сътрудничеството чрез осъществяване на съвместни действия във и извън училището.
- **Представяне на позитивни ролеви модели:** канене на хора в училището - добре познати, но и обикновени хора - които могат да предадат положителни ценности чрез собствения си пример, например баба и дядо, голямо семейство, съгражданин с увреждане, родител бежанец / имигрант и др.
- **Арт събития в училището и/или общността по въпроса за приятелството и отхвърлянето на насилието.** Писане на фрази, които напомнят на всички за стойността на приятелството, приемането, сътрудничеството, съпричастността във всички части на училището (не само на стълбите). Нека бъде постоянно напомняне.



ЧАСТ III – ПЛАНОВЕ НА УРОЦИТЕ И УЧЕБНИ ПРЕЖИВЯВАНИЯ

8. Как да използвате наръчника и методологични принципи

Целта е да се даде възможност на децата да се справят ефективно с фактори, които могат да повлияят положително или отрицателно върху живота им в настоящето или в бъдеще. Ние предлагаме чести позитивни обратни връзки и награди на всички деца. Ние се отнасяме справедливо към всички деца и им помагаме да развият позитивно усещане за себе си.

Чрез собствения си пример ние развиваме основните принципи на цивилизованост, дискретност и спазване на демократичните процедури.

В началото определяме правилата и условията за плана на уроците заедно с учениците, в рамките на взаимно уважение и конфиденциалност. Ние гарантираме участието на децата в процеса. Уверяваме се, че едно от правилата, които ще бъдат въведени, е да се зачитат личните данни на всички деца и техните семейства. Въвеждаме правилата чрез разговор, който може да бъде разбран от децата според тяхната възраст и опит (напр. „Споделяме с целия клас само информация, която не разкрива личния живот на хората в нашата среда“ или „Избягваме да говорим за наши лични или чужди истории“).

Правилата се записват и се поставят на видно за всички място. Ние насърчаваме децата да свържат правила с определен символ по техен избор (напр. компас, въздушен балон и т.н.). Това засилва усещането, че правилата са техни. Обръщаме се към тях дори ако не възникне необходимост.

За да се използват преживелищните дейности, описани в Ръководството, е необходимо познаването на личната история на нашите ученици, за да бъде защитена личната им информация и за да се избегнат неприятни ситуации, които могат да възникнат неочаквано (напр. информация за семейната ситуация или преживяван тормоз). По време на урока ние съзнателно избягваме да молим децата да споделят лични преживявания пред останалите. Също така избягваме да използваме лични или семейни въпроси на конкретни ученици в класната стая.

Тоест, ние не извеждаме на преден план конкретни аспекти на идентичността на дете от нашия клас (свързани с външен вид, сексуалност, религия, етническа принадлежност, произход, култура, семейно положение, пол и т.н.), за да ги изследваме. С други думи, избягваме практики, които, макар и продиктувани от добри намерения, могат да са насочени към конкретни деца.



Използваме техники, които деперсонализират ситуацията и гарантират поверителността на всеки (напр. сценарии, ролеви игри, скетчове, снимки, фигури, филми, музика и т.н.). В случай че дете спонтанно разкрие лични данни, свои собствени или на други, ние реагираме дискретно, като поставим ограничения и припомним основните правила на урока относно личните данни. В дейности, които изискват сценарии/ролеви игри, ние използваме имена, които не съществуват в училище.

Ние насърчаваме децата да изразяват свободно мнения и въпроси. Напомняме, че всеки има право свободно да изразява мнението си или да не се съгласява с друго лице, без да критикува или прибегва до обидни определения.

Ние се отнасяме с уважение към личното мнение на всяко дете, като се намесваме дискретно, когато е необходимо, за да избегнем възпроизвеждането на митове и стереотипи.

Ние демонстрираме приемане на разнообразието (напр. гарантираме, че дейностите включват всички деца, независимо от език, религия, пол и т.н.), като отново избягваме да използваме личните характеристики на децата като примери за дискусия.

Чрез ролеви игри и използване на сценарии ние предоставяме възможности на децата да развият емпатия и солидарност към другите.

Насърчаваме децата да работят в смесени групи. Стремим се да избегнем създаването на групи въз основа на пол, религия, националност, език или други характеристики, което може да доведе до изостряне на ситуации на изключване и дискриминация сред децата.

Преди и след изпълнението на дейностите се препоръчва да се използват кратки игри или упражнения за разчупване на леда или за сплотяване на екипа. В случай че използваме ролеви сценарии, е важно да помогнем на децата да "излязат" от ролята и да се разтоварят след края на дейността с подобни упражнения (напр. "Казвам си името и казвам любимия си спорт").

Използваме хумор и позволяваме на децата да изразяват чувството си за хумор, стига то да не обижда никого.

ПЕДАГОГИЧЕСКА ТЕМА

Тормозът през очите на учениците

Общо представяне на темата

Какво представлява тормозът? И по-конкретно, как изглежда той в 21-ви век?

Като всяко стандартно и традиционно понятие, то се е променяло през годините и днес тормозът може да приеме много форми и да се проявява в различни действия.



Като общество обаче навлязохме в епоха, в която вече има повече средства от всякога, чрез които може да се упражни тормоз. Това означава, че стереотипните подходи, които може би са определяли тормоза преди десетилетия, вече не са релевантни.

Все пак трябва да се подчертае, че много изследователи смятат, че съществува голямо разминаване между теоретичните и практическите определения на тормоза. Психолозите обикновено използват традиционната дефиниция на Олвеус, състояща се от три елемента, за да определят дали е налице тормоз: поведението трябва да има за цел да сплаши, да навреди или да обезпокои; да се случва многократно във времето; и да се характеризира с дисбаланс на властта между тормозещия и неговата жертва.

Съществува значителен брой дебати относно това дали това определение за тормоз все още е вярно. "Когато питате децата дали са били тормозени, това може да доведе до объркване, защото преживяването на тормоз е субективно."

Това погрешно схващане се разпростира и върху училищните власти, които често имат различни определения за това какво представлява тормозът. Дори ако в две училища се наблюдават сходни нива на тормоз, естеството му може да е напълно различно - например обиждане с имена или кибертормоз, или сексуален тормоз. Тясното определение също така пренебрегва случаите, в които извършителят не е задължително да е по-голям, по-силен или с по-добри социални позиции от жертвата, както и случаите на сексуално посегателство или заплахи за насилие, които могат да се случат само веднъж, но са много сериозни.

Със следващите дейности се опитваме да разберем как самите ученици възприемат тормоза. Те могат да дадат собствено определение и така да открием, че младите хора имат различни разбираня за това какво според тях е тормоз.

КЛЮЧОВИ ДУМИ: тормоз; кибертормоз; социално поведение

Учебно преживяване 1: Какво е тормоз?

възраст на учениците

8-11 и 11-14+

Продължителност

40 до 80 минути

Учебна цел

Учениците могат да обяснят какво е тормоз.
Научават основните видове тормоз.

Компетенции

- самосъзнание
- Аз-ефективност



- Способност за взимане на решения
- Сътрудничество/колаборация
- Работят върху собствената си емпатия
- Решаване на проблеми
- Умения за активно гражданство

Ресурси

- Хартиени ленти
- флумастери
- лепило
- кутия – може да бъде направена от учител и украсена от учениците
- Четири големи листа хартия, на всеки от които в горната част е написан един вид тормоз

Подготовка

Необходимо е класната стая да бъде подготвена. Обстановката в класната стая трябва да бъде комфортна (например да не е твърде горещо или твърде студено) и да създава климат на доверие (например вратите да бъдат затворени).

Загрявка

Заглавие: Срещата

Приканваме учениците да се движат из пространството и да се запознаят един с друг поотделно, като се поздравяват, сякаш се виждат за първи път. След това продължават, поздравявайки се по начин, който изразява как се чувстват един към друг в момента (Archontaki, Z, Filippou, D, 2003).

Дейности

Дейност 1

Избор на членове на семейството, които да подкрепят дейността.

Учителят може да използва подобни видеоклипове (това е само пример за кибертормоз):

<https://www.youtube.com/watch?v=FOHOHLzOXPM&t=13s>

Дейност 2

- Възложете груповата работа на подгрупите, които вече са работили заедно:
- "Обсъдете с групата си и запишете две действия, които ще предприемете от утре, за да предотвратите и да се справите с този вид тормоз"
- Направете плакат, за да повишите осведомеността на съучениците и съседите си за необходимостта от избягване на тормоза въз основа на това, което научихте за този вид тормоз. Изберете местата, където ще поставите плакатите. Защитавайте избора си. Използвайте интернет инструменти и всякакви други материали, които сте избрали



- Напишете писмо до училищния съвет (ръководен орган на училището, съставен от директора, заместник-директора, училищното настоятелство, представители на общината) и ги помолете да помогнат и да предприемат конкретни мерки, за да направят училището по-безопасно място за всички. Използвайте аргументи, за да защитите предложенията си
- Вие сте страничен наблюдател по време на инцидент, свързан с тормоз (дефинирайте го), извън вашето училище, където съучениците ви поемат всички роли.
- Какво ще направите в момента?
- Какво ще направите на следващия ден в училище?
- „Потопете се“ в тормоза. Какво според вас ви затруднява да направите необходимото, за да помогнете на жертвата?
- Кой би искал да сподели трудностите или мислите си с вас?

Учебно преживяване 2: Тормоз е, ако...

Възраст на учениците

11-14+

Продължителност

40 до 80 минути

Учебни цели

Учениците могат да споделят какво е тормоз.
Научават основните видове тормоз.

Компетентности

- самосъзнание
- Аз-ефективност
- Способност за взимане на решения
- Сътрудничество/колаборация
- Работят върху собствената си емпатия
- Решаване на проблеми
- Умения за активно гражданство

Ресурси

Хартиени ленти, флумастери, лепило Strips of paper, felt pens, paste

кутия – може да бъде направена от учител и украсена от учениците

Четири големи листа хартия, на всеки от които в горната част е написан един вид тормоз

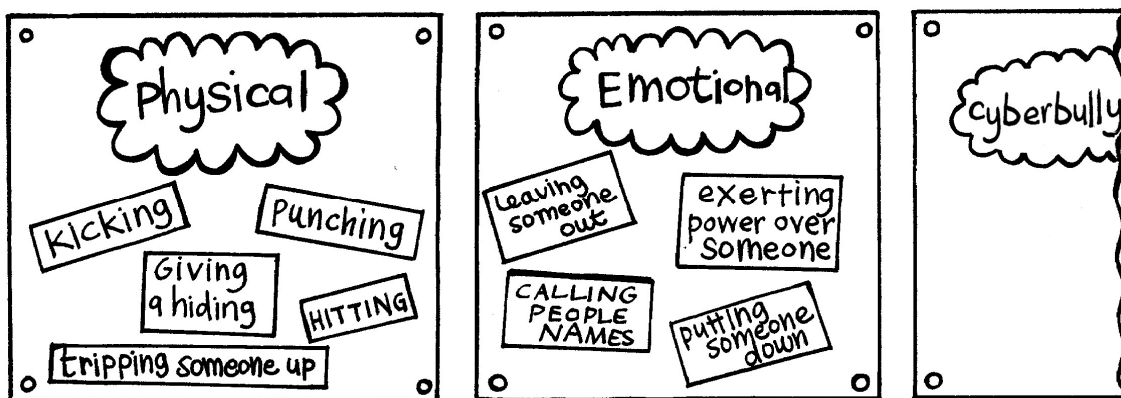
Дейности

Дейност 1

Разделете учениците на групи. Дайте на всяка група по няколко ленти хартия. Разпределете ролите в групата, като например водещ записки, информатор, организатор и насърчител. Помолете учениците да направят мозъчна атака за всички неща, които според тях представляват тормоз. Всяко предложение трябва да се запише на отделна лента хартия.

Дейност 2

Разположете четирите големи листа хартия в стаята, всеки от които е озаглавен с вид тормоз (вербален тормоз, физически тормоз, емоционален/психологически тормоз/кибертормоз). Уверете се, че класът разбира термините, написани на всеки лист. Сега всяка група залепва всяка от своите ленти върху листа с най-подходящото според тях заглавие.



Физически – ритане, удряне, спъване, укриване

Емоционален – изолиране на някого, упражняване на власт върху някого, наричане с обидни имена, унижаване

Кибертормоз

Дейност 3

Съберете класа отново.

Попитайте: Върху кой лист има най-много примери?
Защо?

Ако някъде има малко примери, върнете учениците в първоначалните им групи, за да измислят повече. След това тези примери се залепват при останалите.

Поискайте учениците да разгледат всички листове.



- Попитайте:**
- Смятате ли, че някой от тези видове тормоз е по-лош от останалите? Обосновете се. (Всички видове тормоз са вредни)
 - Смятате ли, че някой от дадените примери е приемливо поведение? Защо или защо не? (Никога няма оправдание за тормоза; той е неприемлив)
 - Смятате ли, че някой заслужава да бъде третиран по този начин? Защо или защо не? (Никой не заслужава да бъде тормозен)

Дейност 4

Върнете учениците в техните групи. Всяка група работи отделно, за да измисли определение за тормоз. След това групите споделят резултатите си и се обединяват около единно определение за целия клас, което да бъде поставено на стената. Уверете се, че са разгледани следните въпроси:

- Тормозът е преднамерен и нараняващ.
- Тормозът се повтаря за дълъг период от време.
- За жертвата е трудно да се защити сама.
- За агресора е трудно да научи нови социални поведения.
- Агресорът има власт върху жертвата.
- Кибертормозът може да „навлезе“ в дома и личното пространство. Аудиторията му може да бъде много голяма и да се разпространява бързо.

Връзка с общността

Поканете всеки ученик да довърши следващите две изречения, които след това да занесе у дома, за да ги сподели с членовете на семейството си и/или с други членове на общността.

Тормозът е ...

Мисля, че е неприемлив, защото ...

Учебно преживяване 3: Тормоз ли е, или не?

Възраст на учениците

8-11 и 11-14+

Продължителност

40 до 80 минути

Учебна цел

Учениците могат да дефинират тормоз.

Те разбират разликата между тормоз и единични случаи на социално отхвърляне.

Компетентности



Компетентности за удържане на собствените емоционални реакции в ситуация на еднократно социално отхвърляне и безпокойство.

Ресурси

Табло за стена, карфици, тиксо, цветни листове хартия, маркери, стъклена чаша

Подготовка

Пригответе малки листове хартия с фразите върху тях

Дейности

Дейност 1

Учениците избират фраза от таблицата в ръководството, с която се свързват най-много в момента. Това може да се направи и като тест, при който учениците избират лист с фразата, без да знаят каква е тя. В голяма купа има сгънати листчета с написани върху тях фрази.

Учителят дава възможност на всеки сам да помисли за фразата. Какво мислят за нея? Как ги кара да се чувстват? Смятат ли, че изречението е правилно или погрешно?

След това им се дава възможност да запишат отговора си анонимно на цветни листчета, които ще бъдат поставени на табло на стената. Таблото може да бъде разделено на две части - Вярно и Невярно, както е показано в таблицата.

Дейност 2

Предложение за обогатяване на дейността с цел задълбочено осмисляне и размисъл

Изберете твърдение, което има най-голям смисъл за вас. Помислете повече за него. Може ли нещо да се промени в начина, по който „виждате“ групите и участвате в тях във и извън вашето училище? Напишете някоя от следните фрази, които желаете, върху цветния стикер пред вас (по ваш избор може да напишете името си) и го поставете на „Таблото с твърдения“. Накрая ще има време да прочетем мислите си. Друга възможност е да публикувате вашите мисли на падлета, който създадохме. Можете да изберете изображение, което да съответства на вашата публикация.

Мисля си, че ...

Иска ми се да можех ...

Кого още (млад или възрастен) бихте поканили да прочете мислите ви или падлета?

На общата сесия всеки разказва за това кого кани и защо (Последната дейност се препоръчва за затворени групи).

Учебно преживяване 4: Последствията от тормоза

Възраст на учениците

8-11 и 11-14+



Продължителност

40 до 80 минути

Учебна цел

Учениците могат да разпознаят признаците на тормоз в поведението на жертвата.

Компетентности

- Учениците демонстрират съпричастност и способност да подкрепят жертвите или да *работят върху собствената си емпатия*.
- Учениците разпознават собствените си емоции и знаят как да постъпят, когато станат свидетели на ситуация на тормоз.
- самосъзнание
- Аз-ефективност
- насърчаване на просоциалността

Ресурси

Подгответе статията или ако учителят реши, може да използва друга история, различна от "Разобличаване на момичетата насилници".

Разобличаване на момичетата насилници

НЕДЕЛЯ 10.05.2009 Нападение в училищен двор, заснето с мобилен телефон и публикувано в YouTube, породило нови опасения за кибертормоза и насилието между момичета.

На кадри, получени в редакцията на *Herald on Sunday*, се вижда как група гимназисти обграждат 16-годишно момиче в училищния двор.

След словесна разправа 16-годишната тарторка на групата удря многократно жертвата си по главата, докато съучастниците ѝ гледат със смях.

По-късно пострадалата е била придружена до училищната сграда, където ѝ е оказана медицинска помощ.

"Единственото, което можех да направя, беше да плача и да казвам, че лицето ме боли", казва тя.

Ученик заснел инцидента с мобилен телефон и кадрите били публикувани в YouTube.

Въпреки че видеоклипът бързо беше премахнат от интернет сайта, копия от

Директорът заяви, че Настоятелството е направило всичко възможно. При завръщането си нападателката е подписала споразумение за добро поведение и е била наблюдавана отблизо.

"Момичето беше отстранено за седем дни - максималният срок, който настоятелството може да даде", каза директорът.

"След като изслушахме доказателствата, установихме, че има утежняващи вината обстоятелства. Няма да оправдавам случилото се, то определено беше неправилно и момичето беше наказано".

Нападателката се извинила, но жертвата споделила, че все още се чувства ужасена и не иска да ходи сама между часовете. Майка ѝ я прибира рано всеки ден, за да може да избегне нападателката, но защити решението си да задържи дъщеря си в училище.

"Ако напусне, ще изглежда, че бяга от проблема, вместо да се изправи пред него. Не искам тя да живее по този начин."

Директорът заяви, че броят на подобни



него бяха разпоостранени в училището, а едно от тях беше представено на Настоятелството.

След вътрешно разследване нападателята е била отстранена за седем дни и вече се е върнала в училище. Майката на жертвата е "отвратена", че на момичето е било позволено да се върне толкова скоро.

"Щях да отстраня тази ученичка за по-дълго време. Това щеше да ѝ даде възможност да помисли за действията си. Щеше да даде пример на другите ученици за подобно поведение", каза тя.

сблъсъци в училището непрекъснато нараства, а най-забележимата тенденция е увеличаването на нападенията, в които участват момичета.

"Ако се върнете 15 години назад, насилието между момичета е било доста рядко срещано. Сега повече от споровете са между момичета, отколкото между момчета."

Адаптирано от Herald on Sunday, 10 май 2009

Дейности

Статията може да бъде осмислена по много други преживелищни начини, освен чрез обсъждане в клас. Могат да се възложат групови задачи за задълбочаване в темата и по-нататъшен размисъл, като например:

1. Група ученици, ангажирани с превенцията на тормоза, пишат отворено писмо за училищния блог по повод видеозаписа и публикуването на епизода на насилие в двора. Приканени са да използват думи като: Емпатия - поведение, което засилва насилието и т.н.
2. Друга група може да „напише“ дневника на жертвата в нощта след инцидента, като използва първо лице и започне по следния начин: "Колко самотна и безпомощна се чувствах днес... и т.н."
3. Третата група трябва да напише и изиграе хипотетичен диалог между минувачите и жертвата, по време на който минувачите ще се извинят, че са били пасивни.
4. Накрая, след обсъждане на статията, друга група може да избере сцена от инцидента и да създаде tableau vivant, като даде заглавие на своето представяне.

Предложения за въпроси:

- Съгласни ли сте, или не? Обосновете се.
- Какви послания дава на жертвите и техните семейства?
- Какво бихте посъветвали тази майка да направи, за да помогне на дъщеря си, след като е решила да задържи дъщеря си в същото училище?

Връзка с общността

Статията може да се използва за укрепване на родителската роля. Затова родителите се приканват да коментират позицията на майката на жертвата по отношение на промяната на училищната среда.



Учебно преживяване 5: Дефиниране на тормоза.....

Възраст на учениците

11-14+

Продължителност

40 до 80 минути

Учебна цел

- Учениците могат да разпознаят признаците на тормоз в поведението на жертвата.
- Те разпознават ролите в ситуация на тормоз.

Компетентности

- Учениците проявяват емпатия и са способни да подкрепят жертвите.
- Учениците разпознават собствените си емоции и знаят как да постъпят, когато станат свидетели на ситуация на тормоз.
- Те усвояват стратегии, чрез които да защитят жертвата

Дейности

Дейност 1

Защо тормозът е неприемлив?

Работете с класа, за да съставите списък с точки, с които да обясните защо тормозът е неприемливо поведение. Те трябва да разгледат въздействието на тормоза върху:

- жертвата
- насилника
- училището или училищната среда
- други, като семействата

Дейност 2

Разделяме учениците на 4 групи, като ги приканваме да влязат в някоя от 4-те роли, които желаят: жертва, насилник, училище, семейство с тормозени деца. След като влязат в ролята си, учениците пишат съвместно писмо, в което да изразят чувствата, мислите, тревогите и трудностите, с които се сблъскват в ежедневието си (в училище). Подчертаваме, че всички мнения трябва да бъдат изразени и записани в писмото. След това всяка група прочита писмото си пред цялата група. Следва дискусия за размисъл. Накрая те записват отговорите си на въпроса: "Защо казваме "не" на тормоза", като вземе предвид обсъденото преди това. На голям лист хартия (препоръчва се хартия за флипчарт):

Учебно преживяване 6: Поведения на тормоз

Възраст на учениците:

11-14+



Продължителност

40 до 80 минути

Учебна цел

В края на тази област учениците ще могат да:

- дефинират тормоз
- обяснят защо тормозът е неприемлив.

Компетентности

Свързване с другите; участие и принос; изразяване на чувствата, свързани с тормоза; описание на причините, поради които тормозът е неприемлив

Ресурси

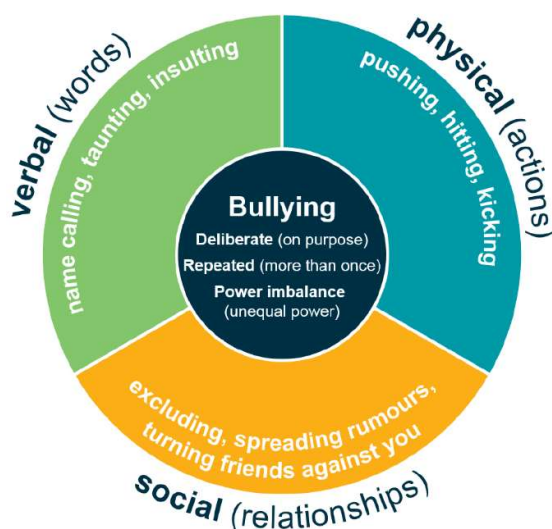
Лист за копиране: **Примери за поведение на тормоз** (Учителите могат да изберат само примери, които са особено подходящи за техния клас)

Лист за копиране: **Видове тормоз (следното изображение)**

Към тази област трябва да се подхожда внимателно. Възможно е в класа да има ученици, които са жертви на тормоз. Те не трябва да чувстват, че някои форми на тормоз са по-малко вредни от други или че тормозът е по тяхна вина.

Изберете примери от предоставените в листа за копиране: **Примери за агресивно поведение**, които са подходящи за вашето училище и/или клас.

Уверете се, че се използват приобщаващи методи за разпределяне на учениците в групи и затвърждаване на кооперативните начини за съвместна работа.



Вербално (думи): наричане с имена, подигравки, обиди

Физическо (действия): бутане, удряне, ритане

Социално (отношения): изключване, разпространяване на слухове, настройване на приятелите срещу някого

Тормоз: преднамерен (нарочно), повтарящ се (повече от веднъж), дисбаланс на властта (неравни сили)

Дейности

Разделете учениците на групи. Дайте на всяка група по един комплект карти с поведение на тормоз, направени от листа за копиране, и по един комплект със заглавията от листа за копиране: **Видове тормоз тук по-долу**:



Лист за копиране: Примери за поведение на тормоз

Да накарате някого да се откаже от храната си или от парите за обяд в столовата.

Изпращане на текстово съобщение на момиче от класа, в което се казва, че е бременна, защото е напълняла.

Щипване на ухото на някого всеки път, когато минавате покрай него.

Подигравки към някого заради облеклото му.

Отправяне на расистки коментари по адрес на човек с различен етнически произход.

Изолиране на някого заради предполагаемата му сексуална ориентация.

Принуждаване на по-малките ученици да станат от местата си в автобуса.

Учител отново се подиграва с ученик.

Да кажеш на някого, че ще пребиеш член на семейството му, ако той не направи това, което му е казано.

Да накараш някого да купи алкохол, защото изглежда достатъчно голям.

Подигравки към някого заради говорен дефект.

Да наричаш някого „задръстеняк“, защото идва с колело на училище.

Треньорът ви унижава пред другите, защото отборът е загубил.

Да кажеш на някого, че ако имаше още един мозък в главата си, щеше да е самотен.

Публикуване на език на омразата, насочен към съученик.

Да караш някого да яде обяда си сам всеки ден, защото мирише странно.

Да изискваш от някого домашното му.

Вземане на чужди книги и изхвърлянето им.



Запушвате носа си и се отдалечавате, когато някой седне до вас, като казвате, че не харесвате цвета на кожата му.

Да заключиш някого в шкаф и да не го пускаш навън.

Да причакаш някого и да го пребиеш.

Използвате мобилния си телефон, за да заснемете видеоклип на пиан приятел на парти и да го публикувате в YouTube без негово разрешение.

Избутване на патериците на някого изпод него.

Да се караш на някого всеки път, когато го видиш.

Притискане на някого да се откаже от скейтборда си на площадката.

Уговаряте си среща с някого и след това отново му връзвате тенекия.

Държите вратата затворена, когато някой се опитва да влезе в клас.

Дърпате стола на някого, докато той сядва.

Избирате по-неопитен играч в онлайн игра и затруднявате участието му в нея.

Постоянно скубете някого.

Винаги оставяте някого извън екипа или групата.

Отправяне на неприятни забележки към член на нечие семейство.

Да удариш някого с юмрук.

Да правиш физиономии зад гърба на някого.

Сега попитайте: Кой пример/вид тормоз според вас е най-лош? Защо? (Всички видове тормоз са вредни
Допустими ли са някои от тези примери за тормоз? Защо или защо не?
(Никога няма оправдание за тормоза.)
Има ли ситуации, в които тормозът е приемлив? Посочете подробности.
(Тормозът никога не е приемлив)



Какво е тормоз?

Работейки в своите групи, учениците измислят собствено определение на понятието "тормоз". Те могат да бъдат споделени и да се разработи дефиниция на класа.

Защо тормозът е неприемлив?

Работете с класа, за да съставите списък с точки, с които да обясните защо тормозът е неприемливо поведение. Те трябва да разгледат въздействието на тормоза върху:

- жертвата
- насилника
- училището или средата
- други, като семействата.

Учебно преживяване 7:

Какво представлява кибертормозът и правилното използване на медиите срещу него

Възраст на учениците

11-14+

Продължителност

40 до 80 минути

Учебна цел

- Учениците разпознават тормоза в интернет
- Те разбират опасността от кибертормоза.

Компетентности

- Учениците дефинират понятието „нетикет“.
- Учениците извеждат и прилагат на практика правилата за общуване в три различни онлайн пространства – Viber, Facebook и Gmail.

Ресурси

Маркери за бяла дъска, листа А4, лепящи листчета, маркери, 4 листа с размер А3 с изображения на Viber, Facebook, Gmail и Trash, предварително направени картинки и съобщения, 3 листа с размер А3 - празен лист, кутия за обувки, превърната в пощенска кутия на класа, лист А5 с линии (от тетрадка)

Дейности

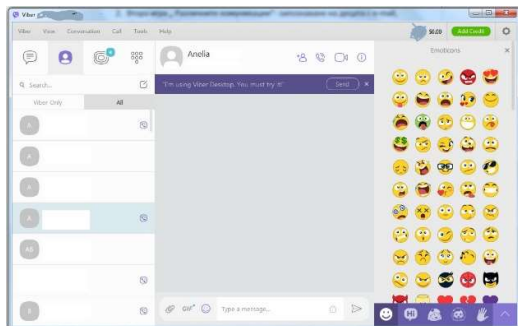
Дейност 1

С помощта на учителя учениците обсъждат отговорите си на въпроса "Какво е нетикет?". Учителят може да прочете някои или всички отговори или децата могат сами да прочетат това, което са написали. Целта на дискусиата е съвместно да се изведе определение на думата нетикет - това са правила за общуване в интернет пространството. Важно е с насочващи въпроси от страна на учителя (например: "По какво се различава начинът на общуване на живо и в интернет?", "Какви правила на поведение има в интернет?", "Какво е важно да помним, когато общуваме в интернет?") учениците да стигнат до извода, че както в реалния живот, така и в интернет пространството трябва да спазваме определени правила на поведение и да използваме различни видове комуникация според ситуацията.

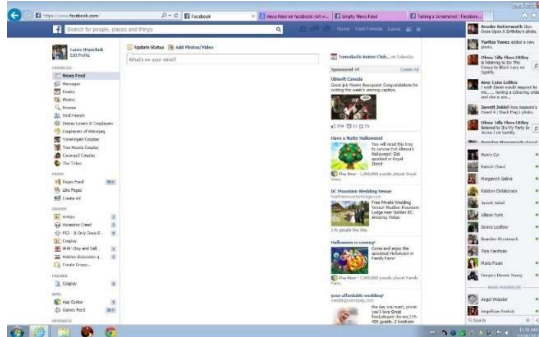
Дейност 2

Четири листа А3 са окачени на четири различни места в стаята и изобразяват Viber, Facebook, страница в Gmail или Кошче.

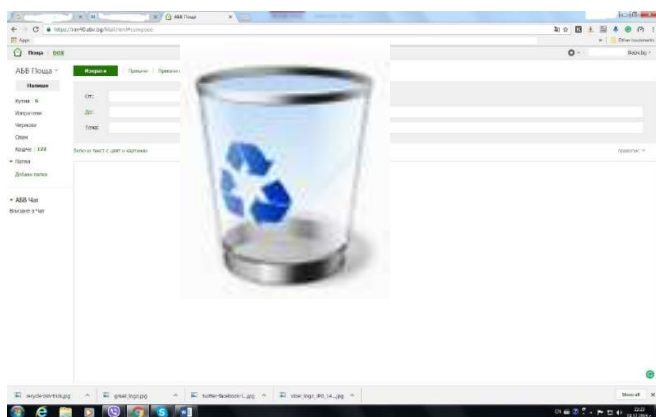
Viber



Facebook








Gmail



Учениците се разделят на случаен принцип на 3 групи. Всяка от трите групи отговаря за един от трите вида онлайн платформи - Viber, Facebook или Gmail. Ако е необходимо, учителят обяснява, че Viber е чат, Facebook е място за споделяне на снимки и видеоклипове, а Gmail е електронна поща.

В средата на стаята са поставени ламинирани листчета с различни съобщения, които могат да се изпращат в интернет. Нашите примери са в таблицата по-долу, но всеки учител е свободен да добави свои собствени идеи.

Viber	Facebook	Gmail	Кошче
<p>Среща с пързаяне на кърки довечера?</p>	<p>Рекс обича снега!</p> 	<p>Здравейте, г-жо Смит, Можете ли да ми кажете какво пропуснах, докато ме нямаше миналата седмица?</p> <p>Благодаря</p>	<p>Стефани е много гадна!!!!</p> 
<p>Мамо, имам 6 на теста по математика!</p>	<p>Нивото е завършено! Някой да предложи друга готина игра?</p> 	<p>Здравейте,</p> <p>Има ли все още свободни билети за концерта на Бон-Бон?</p> <p>С уважение, Мария</p>	<p>НЕ МИ ПУКА! ТОВА Е ТОООООЛКОВА ГЛУПАВО!!! ☹☹☹☹☹☹☹☹☹☹</p>
<p>Някой знае ли какво ни е домашното за утре?</p>	<p>Първо място в училищния конкурс за рисунка! Ура!</p> 	<p>Уважаемо жури,</p> <p>Изпращам моята рисунка, с която искам да участвам в конкурса "Моят любим спорт".</p> <p>Благодаря ви, Джордж</p>	<p>Хей, госпожо, какво имаме за домашно за петък?</p>
<p>Какво ще вземем на Алис за рождения ѝ ден?</p>	<p>Много интересен урок по география днес!</p> 	<p>Здравей, Рон,</p> <p>Името ми е Ема. Аз съм от Италия.</p> <p>Искаш ли да си пишем писма?</p> <p>Довиждане, Ема</p>	<p>Всички те мразят, защото си луд!</p>
<p>Да отидем ли на кино след училище?</p>	<p>Супер концерт в края на Ни? Дали татко ми ще иска да ме заведе?</p>		<p>Няма да отида на училище утре, защото съм умна! Преструвам се на болна! ☺</p>



Задачата на учениците е да решат на кой от трите вида онлайн комуникация съответства всяко съобщение и да го залепят на съответния лист А3, като използват лепенка. Съобщенията, които учениците смятат, че не трябва да се изпращат онлайн по една или друга причина, трябва да се залепят в кошчето за боклук.

Дейност 3

Учениците се връщат на местата си, а учителят донеся четирите листа А3 със залепените съобщения и ги поставя на бялата дъска. Следва дискусия с насочващи въпроси от страна на учителя:

- Всички ли са съгласни за начина, по който са разпределени съобщенията? Защо?
- Какви са особеностите на съобщенията, които изпращаме в чата? За какво мислите, че използваме Viber?
- С какво са по-различни съобщенията във Facebook? До кого достигат те?
- В кои ситуации е най-добре да използваме имейл? Защо комуникацията там е по-формална?
- Защо изхвърлихте в кошчето тези съобщения? Какво в тях ви притеснява?
- Кои правила за общуване в интернет са общовалидни, независимо дали общуваме във Viber, Facebook, или Gmail?

Целта на тази дискусия е да подготви децата за заключителната дейност, така че колкото по-задълбочена и подробна е тя, толкова по-добре.

Дейност 4

Учениците сядат в трите групи, в които са били разпределени по време на основната дейност. Те отново отговарят за един от трите вида онлайн платформи - Viber, Facebook или Gmail. Всяка група получава по един лист А3 и маркери. Задачата им е в рамките на 5-7 минути да създадат плакат, представящ правилата за общуване във Viber/Facebook/Gmail.

Учителят може да ги насочи към следните неща:

- Правопис и пунктуация
- Употреба на съкращения, чужди думи, числа, символи
- Формална/неформална комуникация
- Големи букви и емотикони - как и кога?
- Не споделяйте лични данни

След урока учителят окачва готовите плакати на стената в класната стая, за предпочитане в кът, специално пригоден за материали по дигитално-медийна грамотност. Учениците могат да отидат там, когато пожелаят, и да си припомнят правилата за общуване в интернет пространството, които са измислили.

Дейност 5



Учителят поставя на бюрото му предварително подготвена кутия за обувки „Поща на класа“. На всеки от учениците се дава лист А5 с редове.

Задачата на учениците е да напишат и "изпратят" (като го пуснат в кутията) писмо до избран човек от класа, в което да напишат разбирането си за думата "нетикет" и двете най-важни неща, които са запомнили от този урок. Учителят им напомня да не забравят да спазват правилата за общуване по електронна поща.

В края на урока учителят отваря кутията и прочита "писмата" от учениците. Те му помагат да прецени доколко са постигнати двете цели на урока.

** **Кутията "Поща на класа"** може да остане в класната стая и след края на часа като средство за комуникация. Учениците могат да продължат да изпращат писма един на друг и/или да споделят нещо с учителя си. По преценка на учителя може да се направи "Тема на седмицата", по която учениците да напишат и споделят.*

** **Определете удобен ден** от седмицата, в който да отворите пощата и да прочетете писмата заедно.*

ПЕДАГОГИЧЕСКА ТЕМА

Идентичност в общността

Общо представяне на темата

С термина "Образователна общност" имаме предвид система от взаимоотношения, насочени към образованието на децата. Първоначалното значение на термина "образовам" идва от латинското "e-ducere", т.е. пренасям някого от една точка до друга. Символичната идея е да придружаваме ученика в опит, чийто резултат ще бъде зрелостта и пълнолетието. Членовете на една образователна общност се състоят от учащи се. Те трябва да покажат, че са ефективни членове на мястото, където живеят и растат.

За да осъществи този процес, учещият се нуждае от различни фактори и се сблъсква с различни ситуации. Образованието не е уникално преживяване, създадено от един-единствен социален актьор: Училището.

Терминът "общност", свързан с образованието, се отнася до социална група, която се характеризира с дълбоко единство на целите, единство, което надхвърля интересите на отделния човек. Членовете ѝ преследват едни и същи образователни цели и всички възпитатели (в училището и извън него) си сътрудничат. Според определението на Тьонис (1963) социалното измерение на общността ще държи членовете ѝ заедно и определя един и същ афинитет, място и мисъл. Афинитетът е чувството за идентичност, мястото е свързано със споделянето на обща среда, а мисълта се отнася до обединението на хората около общи идеали и цели. След това концепцията за "общност" е възпроизведена от различни автори



(Durkheim, 1893; Parsons, 1951), които твърдят, че в една общност социалното действие се основава на чувството - афективно или традиционно - за обща принадлежност на нейните членове. Неговата теория за социалното действие разглежда и изграждането на "асоциация", при която склонността към действие се основава не толкова на ценността или целта на действието, колкото на идентичност на интересите или на връзка между мотивирани от намеренията интереси.

В областта на образованието общността обединява понятията: Образованието и Общността водят до създаването на "Общност, която образова".

Като се позовава на тази идея за образователна общност, предложеното упражнение започва от силната нужда да се "възстанови" образователната общност, която се усеща както на местно, така и на глобално равнище: училището не може да поеме само отговорността за образованието на децата, тъй като в днешно време те живеят в сложно и постоянно променящо се общество. Социалните елементи често действат по различен, а понякога дори по противоречив начин; това има отрицателно въздействие върху децата. Ето защо е от първостепенно значение да се увеличат възможностите за диалог и за търсене на общи възпитателни пътища.

Само училището не може да защити младите хора от явлението тормоз. Ако защитим децата в училище, това е много трудно, но не е достатъчно, трябва да привлечем и други институции (спортни клубове, неправителствени организации, родители...) и да споделяме една и съща стратегия с всички тези партньори, чрез тяхното ефективно участие.

За да се възобнови идеята за "образователна общност" (която се отнася до идеята за "принадлежност") като училищен и извънучилищен интегриран образователен контекст, който може да спомогне за развитието на социални компетентности, е необходимо да се лансира динамиката на "активното гражданство".

Общността (като истински, а не само виртуален орган) трябва:

- да дефинира нова концепция за (междукултурна) и защитаваща динамична общност:
- да споделя и практикува дейности, насочени към предотвратяване на тормоза
- да споделя ценностите, които определят общността (кой е "ние" / кой е "различен от нас").
- да създава обща рамка

Общият подход на това упражнение е насочен към създаване на първа стъпка в тази посока.

КЛЮЧОВИ ДУМИ: Общност, просоциалност, човешки права, споделени ценности



Учебно преживяване 8: Дефиниране на образователната общност

Възраст на учениците

8-11 и 11-14+

Продължителност

40 до 80 минути

Учебна цел

- Учениците откриват какво е образователна общност.
- Осъзнават коя е тяхната собствена образователна общност.
- Могат по-добре да разпознават своите съмишленици чрез информацията, свързана с тяхната образователна общност.
- Осъзнават границите/ограниченията и връзките между различните точки на по-широката общност
- Упражняване в пространствена ориентация

Компетентности

- Себеосъзнатост
- Аз-ефективност
- Способност за взимане на решения
- Сътрудничество/колборация
- Отвореност към различни култури, вярвания, възгледи за света и практики
- Уважение
- Гражданско съзнание
- Умения за автономно учене
- Дигитални умения

Ресурси

- Компютри/таблети,
- Интернет връзка,
- Google карти
- Карта на града
- Лепило



- Снимки/изображения
- Цветни карфици
- Профил в Padlet

Подготовка

За Дейност 1 учителят ще избере дали да работи в компютърната зала, или с таблети в класната стая. Дейност 2 ще се извършва в класната стая.

Загрявка

Заглавие: Пляскай и скачай

Учителят приканва групата да пляска, когато каже "ПЛЯСКАЙ", и да скача, когато каже "СКАЧАЙ".

Дайте тези две команди, в произволен ред, в продължение на 20-30 секунди, за да помогнете на групата да упражни реакциите си.

След известно време учителят обяснява, че сега ще размени значението на тези команди, така че "ПЛЯСКАЙ" означава скачане, а "СКАЧАЙ" означава пляскане.

Учителят предизвиква групата да продължи да реагира възможно най-точно и бързо на всяка команда.

(Тази игра може да се използва за създаване на групи за следващата дейност)

Дейности

Дейност 1

Първоначално учителят поздравява учениците си и им казва, че ще имат възможност да работят по групи, да си сътрудничат, да изследват, да откриват нови знания и да се забавляват.

Всеки ученик получава таблет или седи пред компютър. Учителят вече е създал Padlet карта, на която ясно се вижда местоположението на училището, и моли всички да публикуват знак, изображение или дума, която символизира обикновена дейност, свързана с местата, където ходят след училище. Къде прекарват деня си? Къде ходят?

Учениците обясняват и накратко представят своите дейности и места, които ги вълнуват. Те споделят и откриват общите места. Учителят обяснява, че тези места също са много важни за него и че са част от една по-голяма образователна общност, към която принадлежат всички ученици.

Учителят подготвя заниманието за следващия урок, като моли учениците да донесат малък предмет, който им напомня за любимото им място или места на картата.

Дейност 2

Втората дейност се извършва в друг ден. Учителят е изтеглил, разпечатал и закачил на стената картата от Дейност 1. Учениците сядат в кръг, като държат предметите си и са обърнати с лице към картата.



Учителят им казва да обяснят какъв е предметът и какво означава той за всеки ученик. След това моли един по един да се изправят и да посочат мястото, където обектът се намира на картата. Тъй като това е избрано като любимо място, учителят насърчава ученика да открие позитивното чувство, свързано с това място. Той/тя пита:

“Какво там те кара да се чувстваш добре”?

Дейността продължава за всички ученици. Учителят записва отговорите.

Когато всички са приключили, той моли учениците да си представят и да намерят това, което **евентуално може да ги накара да се чувстват зле**. Учителят записва отговорите. Той пита дали някой иска да посочи на картата местата, където се чувства зле, и да ги посочи с червен маркер.

След това учителят обозначава три места на флипчарта:

Едно за позитивни чувства

Едно за негативни чувства

Едно за образователните места в общността (училище, спортен клуб и др.)

Той/тя се опитва да направи връзки, които са обозначени със зелен маркер, между позитивните чувства и местата. За негативните чувства има връзки, обозначени с червени пунктирани линии. Учителят моли учениците да предложат мерки, които биха могли да променят лошите чувства. **Какво биха могли да направят за това?**

Всяка идея се записва върху червената пунктирана линия с различен цвят. Учителят окачва листа до картата.

Сега той/тя рисува дърво върху нов голям лист. Листата са позитивните чувства, а корените са чувствата, които карат всеки да се чувства в безопасност. Учениците обсъждат и довършват дървото.

Учебно преживяване 9: Какво е общност и как може да помогне в превенцията на тормоза

Възраст на учениците

11-14+

Може да бъде адаптирано за по-малките ученици

Продължителност

80 минути

Учебна цел

Целта на упражнението е да се сравнят идеите на младите хора по темата за образователната общност и какво може да направи тя, за да се справи с тормоза и да предотврати това явление. То не е формална дискусия с теоретичен характер. По-скоро е преживелищно задълбочаване, което трябва да бъде извършено от учениците и което в крайна сметка трябва да се превърне в ключов елемент на бъдещи инициативи по темата за изграждане на образователна общност. Упражнението използва подход, който може да се нарече майевтичен. Този подход



предполага, че се задават някои ключови думи и че въз основа на тях се изгражда концептуален път, чийто резултат е собственост на целия клас.

Важно е дискусията да се провежда в кръг, както физически, така и концептуално, и всички да имат съзнанието, че могат да се изреждат и намесват, когато пожелаят. Учениците трябва да спазват обичайните правила на една честна дискусия.

Точно заради майевтичната структура на интервенцията дискусията ще започне от някои ключови думи, които ще бъдат обсъдени и поставени в опозиция.

Ключовите думи на дискусията са:

- o общност, която се противопоставя на тази на обществото
- o тормозът в училище, който се противопоставя на тормоза извън училището
- o **Общност**, която се различава от **обществото**
- o **Тормозът в училище**, който се различава от **тормоза извън училище**

По-късно дискусията ще бъде посветена на **действието/подчинението** на правилата.

Методиката на майевтиката изисква участниците да се представят накратко по свободен и личен начин и да представят своята мечта, лично желание, лични възможности и знания за тормоза.

Упражненията имат водещ, който въвежда в темата: **Създаване на система за превенция/борба срещу тормоза в общността: какво мога да направя!** и задава въпрос, който винаги е свързан с личния опит.

Компетентности

Учениците ще се запознаят с концепцията за образователната общност. Те ще са наясно с разграничението между "преподаване" и "възпитаване", което изяснява как този майевтичен подход на преподаване се опитва да избегне всяко механично предаване на знания и се основава на пряка връзка между учител/фасилитатор и учащ се и не се изразява в предаване на предварително подготвени теоретични знания на учениците под формата на структурирани курсове.

Те ще научат в дълбочина какво всъщност означава тормоз и какво може да направи общността, в която живеят, за неговото предотвратяване и борбата с него.

Ролята на учителя/фасилитатора (указания)

Фасилитаторът не трябва да предава съдържанието механично, а трябва да създаде условия, за да може всеки човек да се научи да се изразява индивидуално и в група.

Водещият е експерт в изкуството на задаването на въпроси и приканва участниците да размишляват върху въпросите, които са предмет на изследването. Фасилитаторът трябва да насърчава непрекъснатото похълване на идеи, хипотези, нови въпроси и последващи размисли. Фасилитаторът умее да се вслушва задълбочено в отговорите и да преформулира новите въпроси от приноса на участниците, позволява на всеки да види нещата от гледната точка на другия, реконструира връзките между размисленията и новите идеи, които взаимно започват да се оформят и да излизат наяве.



Ресурси

Комфортна стая с удобни столове, подредени в кръг

Сценарии, които да се използват като отправна точка за обсъждане в настоящото учебно преживяване

(Тези сценарии могат да бъдат интегрирани с някои помощни материали като видеоклипове, статии и др.)

1. Тази седмица в училището ви има нов ученик, който има проблеми с вписването си. Той/тя идва от друго място и семейството му/й е имигрирало наскоро. Семейството е съвсем ново и той/тя не практикува никакви спортни дейности, както правят всички останали съученици. Някои от приятелите ви се смеят зад гърба му/й.
2. На арената треньор постоянно обижда и заплашва млад съдия по време на хокеен мач. Някои родители следват примера му и добавят свои обиди и заплахи. Младият съдия става все по-нервен и несигурен в себе си.
3. Съсед редовно обижда членовете на семейство, което наскоро се е преместило в квартала, и посяга на имуществото им заради етнокултурния им произход. Семейството не се чувства добре дошло и ситуацията е стресираща за всички негови членове. Родителите се питат дали трябва да се преместят отново.
4. В сграда под наем съсед постоянно заплашва родителите на дете с аутизъм, че ще ги изсели, ако детето им продължава да вдига шум. Родителите се страхуват, че съседът ще постигне целите си и ситуацията ги кара да се тревожат, особено след като детето им има голяма нужда от стабилност.
5. Всяка седмица в съблекалнята на обществения басейн тийнейджърки се подиграват на теллото на друга плувкиня. Тя избухва в сълзи и си обещава, че никога повече няма да се върне към развлекателното плуване.
6. Младо момче, което не отговаря на сексуалните стереотипи, редовно е наричано "педераст" от някои съученици в кафенето и във физкултурния салон. Другите ученици започват да го игнорират и той страда от тази изолация. Той се стреми по всички възможни начини да избегне тези места.
7. Младежи се подиграват заради наднорменото телло на един от своите учители, който живее в същия квартал, във видеоклип, публикуван онлайн, който се разпространява от голям брой посетители в мрежата. Човекът понася последици, които го засягат в професионалния и личния му живот.
8. Ученик, който редовно получава текстови съобщения или имейли, в които е наричан "неудачник" от приятелите или съучениците си. Той/тя избягва другите ученици и все по-често пропуска часовете си.



Подготовка и замявка

Участниците са подредени в кръг.

Упражнението трябва да се провежда от фасилитатор, който да хармонизира дискусията в групата, за да даде възможност на всеки участник да разполага с необходимото време, за да изрази себе си по поставените въпроси и в съответствие със своя стил и личност.

Важно е дискусията да се фокусира върху реалните нужди, интереси, желания на участниците.

Предварително фасилитаторът трябва да обясни, че целта на упражнението е да се обсъдят термините и значението на Образователната общност, както и действията, които трябва да се предприемат за предотвратяване и борба с тормоза. Това не се представя на теория, а се прилага в Общността, в която участниците живеят.

Фасилитаторът помага на групата да слуша и да изразява вътрешните си идеи.

По време на сесията участниците могат да питат, когато искат да се изкажат. Необходимо е всички участници да изразят мнението си по поставените въпроси и разгледаните проблеми като стимул за социалната отговорност, която всеки трябва да носи в собствения си живот.

Важно е всички да се вслушват активно в гласовете на другите. Ако някой не желае да изрази идеите си или да даде своя принос, водещият трябва да го покани да говори. Това обаче не трябва да се усеща като налагане.

Фасилитаторът трябва да си води бележки за това, което участниците казват: за да идентифицира общите точки, да обобщава междинните мнения и да подобри това, което е възникнало от дискусията, но и за да използва записаното като полезен инструмент за по-нататъшно задълбочаване в темата.

Препоръчително е участниците да се подготвят предварително (да прочетат различни документи и материали, свързани с тормоза).

Препоръчително е всички участници да постигнат съгласие относно актуалността на темите, които ще бъдат разгледани по време на дейността.

Дейности

Фасилитаторът помага на групата да се вслуша и да изрази вътрешните си идеи относно тормоза и ролята на общността в предотвратяването и борбата с него.

Основната идея е, че "действията в полза на превенцията и борбата с тормоза трябва да се осъществяват отдолу нагоре" и трябва да произтичат от реалните нужди на учениците, а не да се усещат като налагане или като правило, което трябва да се спазва.



Фасилитаторът използва "тригер", за да въведе дискусиата: видеоклипове, статии, фрагменти от история и т.н.

По време на сесията участниците питат, когато искат да говорят, като създават ред, който трябва да се спазва. Необходимо е всички участници да изразят мнението си по поставените въпроси и разгледаните проблеми, като стимул за социалната отговорност, която всеки трябва да носи в собствения си живот.

Важно е всички да се вслушват активно в гласовете на другите. Ако някой не желае да изрази идеите си или да представи приноса си, фасилитаторът трябва да го покани да говори. Това обаче не трябва да се усеща като налагане.

Фасилитаторът трябва да си води бележки за това, което участниците казват: за да идентифицира общите точки, да обобщава междинните мнения и да подобри това, което е възникнало от дискусиата, но и за да използва записаното като полезен инструмент за по-нататъшни действия.

Фасилитаторът приключва работилницата, като прави кратко обобщение на казаното по време на срещата и на възможните, понякога частични и временни заключения.

В същинската заключителна фаза понякога е полезно фасилитаторът да помоли всички участници за кратка оценка на преживяванията им по време на семинара и на това, което смятат, че са научили в групата. Тази заключителна оценка позволява на всички да получат важна обратна връзка един от друг.

В края на упражненията новосъздадената общност трябва да представи списък с действия (конкретни и приложими) на мястото и в общността, където живеят.

На следващ етап това упражнение може да се свърже с конкурса за проект и дейността да се обобщи с видеоклип с резултатите, обясняващ предложението за "активни дейности за предотвратяване на тормоза в общността".

Заглавия (примерен списък):

Какво е общност (вижте специфичното упражнение)

Значение на термина „**Образователна общност**“

Какво е образование и кога съм **образован**

Ролята на общността в превенцията на тормоза

Как и кога може да се появи тормоз в общността (не само в училище): спорт, културна дейност, религиозни дейности и др.

Практически указания (стъпка по стъпка)

Указания	Резултати
<p>1. Групата сяда в кръг: учителят/фасилитаторът избира първия сценарий, подкрепен с тригер за начало на дискусиата: видеоклип, стихотворение, откъс от разказ, статия от вестник за ситуация на тормоз.</p>	<p>Тригерният елемент може да стартира отворена и честна дискусия.</p>
<p>2. Учителят/фасилитаторът определя основните правила. По време на дискусиите оценявайте приноса на другите участници. Бъдете директни и честни. ... Давайте положителна обратна връзка за идеите на другите. Поддържайте отворено съзнание. Изразявайте мнението си (не мълчете)</p> <p>Използвайте мълчанието като време за размисъл, преди да започнете диалога, и помнете да спазвате реда на говорене.</p> <p>Учителят/фасилитаторът започва да пита за всякакви открити коментари относно представената история.</p>	<p>Събират се идеи и мнения, които са изразяват свободно.</p>
<p>3. Тези, които искат да се включат, вдигат ръка и вземат думата, спазвайки реда и уважавайки останалите. Ако имат затруднения с изказването, но винаги остава опцията да се включат, когато сметнат за подходящо, или да не се намесват, ако не се чувстват готови. Спазването на реда е упражнение в демокрация, което не може да се приеме за даденост, нито да се придобие от самото начало, то е и цел, до която групата достига бавно.</p>	<p>Всеки е свободен да изрази собствените си мисли.</p>
<p>4. От време на време учителят/фасилитаторът трябва да се опитва да помогне на цялата група да изрази ясни наблюдения, като от време на време подновява диалога. Той ще гарантира, че учениците ще използват подходящи термини и ще са напълно наясно с тях.</p>	<p>Развива се критичното мислене за тормоза, а предварително получената информация се анализира и проверява.</p>
<p>5. Когато диалогът се обогати с много идеи, които е добре да не се размиват, водещият събира размислите и се опитва да направи първо обобщение.</p>	<p>Първи размисъл относно постигнатите резултати.</p>



6. Ако се появят други идеи, учителят внимава те да не се разпръснат и се опитва да ги върне на групата, за да продължат да мислят заедно.	Взимат пример от собствените си преживявания.
7. Резултатите от диалога трябва да бъдат събрани от водещия и върнати на групата на по-късен етап, за да може да се променят и/или задълбочат допълнително, ако е необходимо.	Идеите се споделят и обсъждат с другите класове.

Приложения, ресурси и видео ресурси

За да получите повече информация за майевтичния подход и диалогичното учене, предлагаме (на фасилитаторите и учителите, но и на тези, които се интересуват) да прочетете някои материали за създателя на метода, известен като "реципрочна майевтика", Данило Долчи.

Можете да намерите документи и информация на следните линкове:

<https://www.dantillesetdailleurs.org/wp-content/uploads/2020/08/Handbook-RMA-2019-en.pdf>

<https://www.recim.org/bio/dolci-an.htm>

<http://reciprocalmaieutic.danilodolci.it/danilo-dolci/biography/>

<https://vimeo.com/127138591> - Диалогична класна стая

<https://vimeo.com/169112444> - Диалогична класна стая

<https://circularclassroom.com/educators/> - Кръгла класна стая

Образователна общност

https://www.academia.edu/42775123/Prosociality_in_Secondary_education_A_day_in_my_school_of_what_being_prosocial_can_give_to_an_ordinary_school_day

F. Boldrini, Prosociality in Secondary education: A day in my school: what being prosocial can give to an ordinary school day, Montesca Paper, 2019

Учебно преживяване 10: Безопасни и опасни места в нашето училище и общност

Възраст на учениците

8-11 и 11-14+

Продължителност



40 минути

Учебна цел

- Учениците говорят за това дали са в безопасност, или не
- Учат се да изразяват чувствата си
- Разпознават безопасните и не толкова безопасните места в училище

Компетентности

- себеосъзнатост
- Аз-ефективност
- Способност за вземане на решения
- Сътрудничество/колаборация
- Уважение
- Гражданско съзнание
- Умения за автономно учене

Ресурси

- Карта на училището
- Червени и зелени карфици и маркери
- Големи бели листа за рисуване
- Маркери

Подготовка

Класната стая се подготвя за първата фаза на дейността - дискусия в кръг. За втората фаза учениците ще работят на чиновете си.

Загрявка

Заглавие: Пълна промяна

Децата застават в кръг и учителят потупва едно от тях по рамото. Детето започва действие (напр. пляскане), което останалите трябва да имитират. След това учителят потупва друго дете по рамото и децата преминават към новото действие, което ученикът е измислил. Това може да се направи и със звуци!

Дейности

Първоначално учителят поздравява учениците си и им казва, че ще имат възможност да работят по групи, да си сътрудничат, да изследват, да откриват нови знания и да се забавляват.

Учителят дава на всеки ученик карта А4 на училището и ги моли да помислят за местата, където се чувстват защитени от тормоз, и за местата, където се чувстват незащитени. Учениците не трябва да поставят имената си върху картите, за да се гарантира поверителността им. Той/тя приканва всеки ученик да оцвети в зелено местата, където се чувства в безопасност от тормоз, и в червено всички места, където се чувства застрашен. След това учителят събира готовите карти и ги поставя заедно на стената. Учениците сравняват резултатите. Колко червени и зелени места има на една карта? Кои места са червени?



Учениците обсъждат това. Защо тези места са червени? Как се чувстват на тези места? Какво може да се направи, за да се превърнат червените места в зелени?

Учителят записва всички предложения и разделя учениците на три групи. Всяка група трябва да предложи стратегии на членовете на общността, за да предприемат действия и да превърнат училището в по-безопасно място. По тази причина те ще бъдат разделени на три групи.

Група А ще изготви доклад за директора

Група Б ще напише писмо до председателя на родителската асоциация

Група В ще направи плакат, за да информира останалите ученици

Те се съгласяват, че три месеца след тази инициатива ще повторят дейността, за да проверят дали предложенията имат положителен ефект.

Връзка с общността

Учениците могат също така да предложат стратегии на членовете на общността, за да предприемат действия и да превърнат общността в по-безопасно място.

Учебно преживяване 11: Проучване на тормоза в общността

Възраст на учениците

8-11 и 11-14+

Продължителност

80 минути (дейност в 2 урока)

Учебна цел

- Проучване на опита на възрастните в областта на тормоза
- Сравнете опита на хората в областта на тормоза през годините
- Развиване на уменията на учениците за интервюиране
- Изграждане на по-силни връзки с важните възрастни в живота им
- Насърчаване на ученето между поколенията

Компетентности

- развиване на вербалната комуникация
- Съдействие/сътрудничество
- Критични и рефлексивно мислене
- Холистично, преживелищно учене

Ресурси

Таблица за по-малките ученици (8-11)



Как са били тормозени?	Как са се почувствали?	Какво са направили, за да се борят срещу тормоза или да се справят с него?	Как са наричали тормоза по тяхно време?

Таблица за по-големите ученици (11-14)

Видове тормоз	Чувства относно тормоза	Краткосрочни последици от тормоза	Дългосрочни последици от тормоза	Начин на справяне с тормоза	Как се е наричал тормозът по тяхно време

Дейности

Дейност 1

Учителят обяснява на учениците, че ще интервюират възрастни, за да разберат какъв е техният опит в областта на тормоза, така че да могат да сравнят опита им с техния собствен. Поканете всеки ученик да посочи някого, когото би искал да интервюира. Това може да бъде родител или настойник, съсед, приятел на семейството, по-възрастен приятел, учител или треньор.

Дейност 2

Учителят прави преглед на техниките за интервюиране и работи с класа, за да му помогне да изготви списък с въпроси за интервю, които да включват:

За по-малките ученици:

- Видове тормоз, които са преживели
- Какво чувстват спрямо тормоза
- Начини, по които проблемът е бил разрешен
- Как се е наричал тормозът преди

За по-големите ученици:

- Видове тормоз
- Какво чувстват спрямо тормоза



- Краткотрайни последици от тормоза
- Дългосрочни последици от тормоза
- Начини, по които проблемът е бил разрешен
- Как се е наричал тормозът преди

Всеки ученик записва въпросите за своето проучване.

Дейност 3

За домашна работа учениците трябва да интервюират избрания от тях човек. От тях се иска да документират интервюто чрез водене на бележки, аудио- и видеозаписи, правене на снимки и т.н.

Дейност 4

В следващия урок учениците се разделят на групи от по 5-6 души и трябва да обработят информацията, която всеки от тях е събрал, като я впишат в таблицата, предоставена в раздела "Ресурси".

Дейност 5

След това групите се събират отново. Учителят използва следните въпроси, за да помогне на учениците да сравнят своите открития със съвременния опит в областта на тормоза.

- По какъв начин случаите на тормоз са същите или се различават от тези днес?
- Някой сподели ли за случай на тормоз, включват технологии?
- Как чувствата на хората се сравняват с тези на днешните жертви?
- По какъв начин краткотрайните последици са различни от тези днес? (за по-големите ученици)
- Какви са били дългосрочните ефекти? (за по-големите ученици)
- Какви стратегии са били използвани за справяне с тормоза?
- По какъв начин тези стратегии се различават или си приличат с днешните?
- Как са наричало тормоза в миналото?

Като последваща дейност по-малките ученици подготвят плакат със снимките на интервюиращия и интервюирания, както и с въпросите и отговорите. На по-големите ученици се възлага да напишат статия за преживяното от тях за училищния блог.

Учебно преживяване 12: Разрешаване на конфликти в общността



Възраст на учениците

8-11 и 11-14+

Продължителност

80 минути

Учебна цел

- Да помогне на учениците да разберат как възприемат конфликтите и какво означават те в техния житейски опит. По-специално как могат да бъдат разрешени и посрещнати конфликтите, породени в училище или извън него.
- Да помогне на учениците и на училищната общност да разберат колко е важно да се включат всички членове на общността в образователните усилия.
- Да помогне на учениците и на цялата общност да разберат, че за да има последователна стратегия за предотвратяване на тормоза, е необходимо да се включат всички членове на общността.
- Да помогнем на учениците и на цялата общност да разберат, че единна система за решаване на конфликти може да бъде наистина полезна за предотвратяване на тормоза.

Компетентности

Учебното преживяване ще развие по-специално умения за решаване на проблеми като способност за идентифициране на проблеми, мозъчна атака и анализ на отговорите и прилагане на най-добрите решения. Учениците ще подобрят способността си да търсят модели, за да разберат защо възникват конфликтите. В частност този опит ще развие:

Компетентности за изследване

Проучването е първата стъпка от решаването на проблеми, защото помага да се разбере контекстът на проблема. Проучването на даден проблем позволява да се научи дали поведението, насочено към някого, може да нарани неговата/нейната чувствителност

Компетентности за анализиране

То може да помогне да се идентифицира и да се подходи критично към поведението, което може да се възприеме като тормоз или да се възприеме като тормоз от жертвите

Компетентности за осъществяване на процесите на вземане на решения

Могат да помогнат за предприемане на крайна стъпка и за промяна на ситуациите

Ресурси

Химикалки, листове хартия и картон, флипчарт
Комфортна стая, където може да се седне в кръг

Бележка към учителите

В тази дейност фасилитаторът не трябва да има нагласата да разрешава или да посредничи в съществуващи конфликти. Той/тя също така не трябва да се опитва да проверява дали има ситуации, които могат да бъдат определени като тормоз. Фасилитаторът трябва да преведе учениците през път,



който служи предимно за предлагане на инструменти и техники за разрешаване на конфликти и за разбиране на това кога и как може да се наложи посредничество.

Подготовка

Преди започване на учебното преживяване, учителят може да подготви работен лист, където да бъдат записани стъпките.

Дейности

Дейност 1

Представяне на проблема

1. Учителят иска да се обсъдят най-често срещаните конфликти, с които се сблъскват учениците, като ги записва на табло. След като се изборят около 20, двама ученици, които са доброволци, застават пред класа и се опитват да изиграят или обсъдят ситуациите.
2. След като го изиграят, класът обсъжда различни решения за това как проблемът може да бъде решен като група или на малки групи.
3. Учителят преценява къде са възникнали конфликтите (в училище, по време на спортните занимания и т.н.) и дали има последствия в други ситуации (конфликтите, възникнали в училище, продължават по време на спортното обучение).

Дейност 2

Сценарий за преговори

Това е дейност за разрешаване на конфликти, която помага на учениците да разберат, че винаги има различни гледни точки.

Създайте сценарий на конфликт, при който нито една от двете страни не разполага с цялата информация за другата страна. Ако двете страни преговарят, те могат да постигнат решение, което ще е добро и за двете, но трябва да се изслушват взаимно, за да могат да стигнат до решението.

По-долу са представени някои **сценарии**, които могат да бъдат използвани:

- Един ученик не е доволен, защото треньорът по футбол не го вика да играе цял мач, за да даде място на негов съученик, който наскоро е имигрирал, и да улесни интеграцията му в отбора и в общността. Той смята, че това не е правилно, добрият играч трябва да играе! Започва да влиза в конфликт с приятеля си и в училище и климатът не е добър.
- Двама ученици изповядват различни религии и не са съгласни с това как училището да организира религиозните празници, като направи така, че да преобладават тези на страната домакин. В дискусиата се включват и другарите, които са разделени на две групи: едната твърди, че училището трябва да уважава всички религиозни празници, включително тези на малцинствата; другата твърди, че традициите на страната домакин трябва да имат превес.
- Ученик смята, че учителят облагодетелства при поставянето на оценки за заслуги друг ученик, който е много добър във волейбола и който е главният герой на победата в миналогодишното първенство. Ученикът, обвинен във фаворизиране, вместо това вярва, че както ролята му във волейбола, така и най-добрите му оценки са напълно заслужени и че ученикът, който го



критикува, просто не е способен да прави изяви както в спорта, така и в училище като неговите. В дискусиата се включва и групата на съучениците.

Учителят може да предложи и конфликти, основани на неговия/нейния реален опит или в реални ситуации.

Връзка с общността

Тази дейност е свързана с Учебно преживяване 6, в което се обсъжда какво е общността. Тук се разглежда какво може да направи общността, управлявайки конфликти, за да предотврати тормоза. Много от конфликтите между учениците в училище и извън него могат да породят реакции, които са основните елементи, които след това провокират тормоза или кибертормоза. Ученици, които се чувстват лишени от права или важни позиции в училищната или спортната среда, могат да реагират, като разпространяват негативни слухове срещу тези, които смятат за свои опоненти, или се опитват да ги изолират в социалните групи, действайки несъзнателно, като организират "кампании" срещу други ученици. Възможността конфликтите да бъдат разпознати и медиирани е важна и предотвратява възможни последици, дори много негативни, като извежда унизителните действия извън контрола на тези, които ги инициират.

Приложения, ресурси и видео ресурси

<https://youtu.be/BuZXFy2Ufcw>

<https://www.irex.org/sites/default/files/node/resource/conflict-resolution-and-peer-mediation-toolkit.pdf>

Учебно преживяване 13: Интервюиране на родители и членове на общността относно тормоза

Възраст на учениците

8-11 и 11-14+

Продължителност

80 минути (дейност в 2 урока)

Учебна цел

Учениците изследват преживяванията на тормоз на възрастните

Компетентности

- Развитие на вербалната комуникация
- Сътрудничество/съдействие
- Критично и рефлексивно мислене



- Холистично, преживелищно учене

Ресурси

Таблица като тази по-долу

Видове тормоз	Чувства спрямо тормоза	Кратросрочни последици от тормоза	Дългосрочни последици от тормоза	Начин на справяне с тормоза

Дейности

Дейност 1

Обяснете на учениците, че ще интервюират възрастни, за да разберат техния опит с тормоза, така че да могат да го сравнят с техния собствен. Поканете всеки ученик да посочи някого, когото би искал да интервюира. Това може да бъде родител или настойник, съсед, приятел на семейството, по-възрастен приятел, учител или треньор.

Дейност 2

Преглед на техниките за интервюиране. Работете с класа, за да разработите списък с техники за интервюиране.

Въпроси за интервюто, които да включват:

- видовете тормоз, с които се сблъскват
- Как сте се чувствали, когато сте били подложени на тормоз
- Краткосрочни последици от тормоза
- Дългосрочни последици от тормоза
- начините за справяне с тормоза.

Всеки ученик ще се нуждае от собствен екземпляр на анкетата.

Дейност 3

Учениците интервюират човек, когото са избрали.

Дейност 4

В следващия урок разпределете учениците в групи по 5-6 души. Помолете ги да обработят информацията, която всеки от тях е събрал, като я впишат в таблицата, предоставена в раздела "Ресурси".

Дейност 5

Съберете отново групите. Използвайте следните въпроси, за да помогнете на учениците да сравнят своите открития със съвременния опит в областта на тормоза.

Попитайте: С какво случаите на тормоз са еднакви или различни от тези днес?

Съобщавано ли е за случаи на тормоз, при които се използват технологии?

Как чувствата на хората, свързани с тормоза, се сравняват с чувствата на жертвите днес?

По какъв начин краткосрочните последици се различават от тези днес?

Какви са били дългосрочните последици?

Какви стратегии са били използвани за преодоляване на тормоза?



По какъв начин тези стратегии са същите или се различават от тези, използвани днес?

ПЕДАГОГИЧЕСКА ТЕМА

Социални и граждански компетентности в превенцията на тормоза

Общо представяне на темата

В Оксфордския речник компетентността е описана като "способността да се прави нещо добре". Тя се състои от три компонента: знания, умения и нагласи (в някои определения този компонент може да бъде наречен атрибут или способност). По този начин "Компетентността е набор от умения, свързаните с тях знания и атрибути, които позволяват на дадено лице да изпълнява успешно задача или дейност в рамките на конкретна функция или работа" (UNIDO, 2002)

Знанието е практическото или теоретичното разбиране на дадена тема. Най-напред човек трябва да е наясно с нещо, след това може да се запознае с нещо (например как да използва нещо) и накрая разбира как работи нещо. Знанията са нещата, които знаем и можем да преразкажем или дори да преподаваме на други хора. Знанието е в главата.

Уменията обикновено се разбират като усвоена способност за изпълнение на определена задача в рамките на определен ресурс (например време, енергия) с максимална увереност и ефективност. С други думи, уменията са това, което можем да правим. Уменията изискват знания и воля за практикуване. Ако искате учениците да придобият умения, преподайте им знанията, които са им необходими, за да могат да практикуват.

Нагласата е "относително трайна организация на убеждения, чувства и поведенчески тенденции към социално значими обекти, групи, събития или символи" (Hogg, & Vaughan 2005, p. 150). "Атитюдната компетентност" е способността да се избират, поддържат или адаптират най-добрите нагласи за настоящето.

Как може да се помогне на учениците да придобият умения за превенция на тормоза? Нека се съсредоточим върху социалните и гражданските компетентности.

Социалните и гражданските компетентности включват лична, междуличностна и межкултурна компетентност и обхващат всички форми на поведение, които дават



възможност на хората да участват по ефективен и конструктивен начин в социалния и професионалния живот, и по-специално в нарастващото разнообразие на обществата, и да разрешават конфликти, когато е необходимо. Социалните и гражданските компетентности дават възможност на хората да участват пълноценно в гражданския живот въз основа на познаване на социалните и политическите понятия и структури и на ангажираност с активно и демократично участие.

Като предоставяте на учениците социални и граждански компетентности, вие ще им помогнете да:

- развиване на лични и междуличностни компетентности като критично мислене, работа в екип, взаимодействие с общността, изграждане на доверие, уважение, толерантност, повишаване на самочувствието, емпатия, справяне с несигурността, вземане на решения, решаване на конфликти, управление на кризи и др.
- да развиват межкултурна компетентност, за да разбират и развиват нагласите и поведението си, за да ценят разнообразието, да работят с различни социални групи, да работят с маргинализирани групи и хора с по-малко възможности, да изучават нови традиции, ценности, стилове и т.н.

Социалните и гражданските компетентности ще дадат възможност на учениците да познават основите на правата на човека, демокрацията и политическото участие, да познават, упражняват и защитават своите права и по този начин да участват активно в превенцията на тормоза. Освен това ще стимулира участието им в активни и демократични процеси и ще им даде възможност да бъдат активни граждани на местно ниво, които се опитват да решат някои местни проблеми, включително превенцията и борбата с тормоза.

КЛЮЧОВИ ДУМИ: права на човека, межкултурност, гражданство, критично мислене, общност, уважение, толерантност, самоувереност, емпатия

Учебно преживяване 14:

Бъди герой, за да сложим на тормоза край!

Възраст на учениците

8-11 и 11-14+

Продължителност

40-80 минути



Учебна цел

Целта на тази дейност е да се стимулира мисленето и дискусиата сред учениците относно компетентностите, по-специално социалните и гражданските такива, необходими за превенция на тормоза. По време на тази дейност учениците ще се запознаят със и ще обсъдят различни умения, знания и нагласи, които могат да бъдат полезни при превенцията на тормоза.

Компетентности

Учениците могат да придобият следните ключови компетентности:

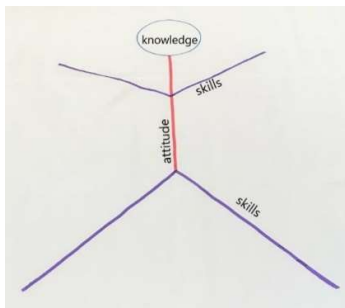
- Какво са компетентностите
- Кои социални и граждански компетентности могат да бъдат полезни в превенцията на тормоза и как да ги придобиете.

Ресурси

Флипчарт/бяла дъска, маркери, цветни лепящи листчета

Подготовка и замявка

На голям флипчарт или бяла дъска нарисуйте схематично скелет на човек, както е показано на картинката по-долу (глава, торс, ръце и крака). Можете да направите частите в три различни цвята за по-лесно разграничаване, защото всяка от тях ще представлява различна категория компетенции и можете да продължите да използвате този цвят, за да напишете думите по-късно, или да използвате лепящи се листчета в различни цветове за различните категории:



- Глава - знания
- Торс - нагласа
- Ръце и крака – умения

Дейности

На флипчарт или бяла дъска нарисуйте прост скелет на човек с думи, определящи "знания" на главата, "умения" на ръцете и краката и "отношение" на торса.

Учениците ще бъдат поканени да създадат героя, който слага край на тормоза, като го снабдят с необходимите знания, умения и нагласи.

Дейност 1

В зависимост от възрастта и нивото на познания на учениците, тази дейност може да се адаптира и ако е необходимо, най-напред учениците могат да научат какво представляват компетенциите и от какво се състоят, т.е. какво са знанията, какво са уменията и какво е



нагласата. Това може да се направи дори и ако учениците разбират какво представляват компетентностите, просто за да се гарантира, че всички са на едно и също ниво, и за да се направи процесът по-гладък.

Дейност 2

Фокус върху социалните и гражданските компетентности. Учениците ще бъдат насочвани да мислят в посока на социалните и гражданските компетентности в превенцията на тормоза и да записват по няколко във всяка от категориите (знания, умения, нагласи).

Дейност 3

Един по един учениците могат да споделят едно нещо, което са записали, да го обяснят и да го поставят в правилната категория.

Дейност 4

Може да се обсъди какво мислят другите ученици за това дали това е необходима компетентност за превенция на тормоза и как може да се придобие.

Дейност 5

Накрая някой може да се опита да опише героя, като обобщи всички компетенции, написани на флипчарта/таблото.

Бележки

В зависимост от възрастта на учениците и знанията, които имат по темата, в стъпки 2 и 3 те могат да бъдат оставени да мислят сами, да записват и да споделят мислите си или да работят първо в по-малки групи и да имат достъп до интернет, за да направят малко проучване.

Друг вариант е да им дадете няколко примера, а тяхната задача ще бъде да обяснят какво разбират под това и да ги класифицират в правилната категория.

ПРИЛОЖЕНИЯ, РЕСУРСИ И ВИДЕО РЕСУРСИ

ETS Модел на компетентностите за обучители: <https://www.salto-youth.net/rc/training-and-cooperation/trainercompetencedevelopment/trainercompetencies/>

Учебно преживяване 15:

Различни, но еднакви

Възраст на учениците:

8-11 и 11-14+



Учебни цели

Учениците могат да:

- Идентифицират разлики
- Разберат, че различието е ценност, която трябва да уважаваме

Компететности

Учебното преживяване помага на учениците да:

- Повишат осведомеността за ценността на това да си различен
- Разбират и уважават различията
- Развият подход към превенцията на тормоза, основан на критичното мислене

Ресурси

История: Първият ден на Суки в новото училище

Суки е малко момиче, което иска да облече кимоното си в училище на първия учебен ден, но сестрите ѝ се срамуват от тази идея. Суки решава да се гордее с наследството си и с това, което е, и да облече прекрасното си кимоно въпреки мнението на другите.

Дейности

Дейност 1

Моят произход

Разпределете учениците в групи от 6 до 8 души. Във всяка група дайте на учениците по три минути, за да разкажат за себе си - за своя произход, домашни любимци, хобита и любима музика, храна, социални мрежи, телевизионни програми и т.н. Върнете учениците в голямата група.

- Попитайте:**
- Какви интересни факти научихте за другите във вашата група?
 - Какви общи неща споделяте?
 - Какви бяха някои от различията?

Дейност 2

Първият ден на Суки в новото училище

Представете историята **Първият ден на Суки в новото училище** пред класа. Това може да стане по различни начини, като например четене в група, в клас или индивидуално. Въпросите по-долу могат да се зададат на цялата група или да се използват за обсъждане по двойки.

- Попитайте:**
- Защо Суки иска да носи кимоното си?
 - Защо сестрите се срамуват?
 - Това какви действия е провокирало у Суки?
 - Как мислите, че се е почувствала Суки?
 - Защо мислите, че Суки се е държала по този начин?
 - Смятате ли, че другите деца разбират избора на Суки? Обосновете



отговора си.

Какво могат да научат другите деца за Суки?

Какво могат да научат за хората, които изглеждат различно?

Какво могат да научат за себе си?

Уверете се, че учениците разбират, че макар и да има различия между нас, всички ние сме еднакви по същество. Имаме едни и същи чувства и нужди, включително нуждата да бъдем уважавани.

Дейност 3

Илюстрация

Работейки индивидуално, по двойки или в малки групи, учениците илюстрират слогана "Еднакви, но различни" чрез една от следните форми: плакат, телевизионна реклама, уеб реклама, банер, ролева игра, видеоклип, карикатура, реч, есе или стихотворение.

Учебно преживяване 16:

Зачитането на различията прави разликата

Възраст на учениците

8-11 и 11-14+

Учебна цел

Учениците могат да обяснят, че всички хора трябва да бъдат уважавани. Учениците могат да говорят за тормоза.

Компетентности

Учебното преживяване помага на учениците да:

- Повишат осведомеността за ценността на това да си различен
- Разбират и уважават различията
- Развият подход към превенцията на тормоза, основан на критичното мислене

Ресурси

Работен лист: Писма „Скъпа Люси“

Бележки за учителя

За целите на тази дейност е важно писмата "Скъпа Люси" да представят различни ситуации, които са от значение за класа. Те могат да включват различия в пола, външния вид, академичните способности, уврежданията, формата на тялото, здравето, културата, религията и психичните заболявания. Изберете такива, които отговарят на нуждите на класа, или



напишете няколко допълнителни сценария.

Към целия този раздел трябва да се подхожда с голяма деликатност, особено ако в класа има ученици, които са различни по начините, описани в **писмата „Скъпа Люси“**. Въпреки това, тъй като смисълът на упражнението е да накара учениците да осъзнаят несправедливостта на тормоза, основан на различията, може би тези въпроси трябва да бъдат поставени открито.

Дейности

Дейност 1

Обяснете на учениците, че някои хора се подиграват или тормозят другите, защото ги смятат за различни, и по някакъв начин смятат, че това е правилно. Те ще знаят примери за това. Напомнете им, че всички имат едни и същи нужди, сред които е и нуждата да бъдат уважавани.

Дейност 2

Изберете едно от **писмата „Скъпа Люси“**, което да използвате с целия клас. Прочетете го и обсъдете с класа въпросите по-долу.

- Попитайте:**
- Какъв е проблемът?
 - Какви са различията, които са причина за лошото отношение към този човек?
 - Човекът заслужил ли е това отношение? Защо или защо не?
 - Това как го е накарало да се почувства?
 - Това тормоз ли е? Ако да, какъв вид?
 - Какво ни казва това за начина, по който трябва да се отнасяме към хората, които изглеждат различни?

Разделете учениците на групи и дайте на всяка група по едно от **писмата "Скъпа Люси"**. Заедно те работят по горните въпроси.

Дейност 3

Накрая учителят моли учениците да отговорят на писмото.

Работен лист: писма „Скъпа Люси“

Скъпа Люси,

Аз съм 12-годишно момче, което обича да носи лак за нокти. Децата в училище разбраха, че правя това през уикенда. Те ми се подиграват и ме наричат с имена като педераст.

Как мога да ги накарам да ме приемат такъв, какъвто съм?

Скъпа Люси,



Приятелите ми, поне си мислех, че са ми приятели, не ми дават да разбера какво се случва. Те пазят тайни от мен и ми говорят зад гърба. Имам чувството, че вече не ме искат като част от групата. Всичко това се случва, защото са разбрали, че брат ми е болен и е в болница. Мислят си, че ще прихванат нещо от мен, или какво?

Какво мога да им кажа?

Скъпа Люси,

Имаме нови съседни и те имат 12-годишна дъщеря със специални нужди. Майка ми казва, че не трябва да се приближавам до нея, защото е странна. Искам да бъдем приятели, защото мисля, че тя има нужда от приятел.

Как мога да накарам мама да разбере, че е нормално да бъдеш различен?

Скъпа Люси,

Семейството ми е от Мароко. Различаваме се от европейците по много начини - храната, религията и езика, който говорим у дома. Другите деца в моя клас не могат да приемат това. Те ми се смеят и ми казват, че трябва да се върнем там, откъдето сме дошли. Харесвам новата си страна и в същото време се гордея, че съм мароканец, но това ме прави много нещастен.

Какво мога да направя, за да ги накарам да разберат?

Скъпа Люси,

Толкова съм нещастна. Другите момичета в класа ми са много лоши към мен. Те се присмиват на всичко, на което могат да се присмеят - например на дрехите ми, на косата ми и на това, че съм с плоски гърди. Момчетата също се присъединяват към тях. Не искам да ходя на училище никога повече.

Трябва ли да търпя това?

Скъпа Люси,

Не е забавно да имаш артрит. През повечето време е много, много болезнено и трябва да използвам патерици. Някои дни обаче са по-добри и мога да се справям без тях. Децата в училище казват, че просто се преструвам на болна и използвам патериците си, за да не спортувам.

Как да ги накарам да разберат?

Скъпи Боби



Моят проблем е, че не съм много добър в училище. Много ми е трудно да чета и често не мога да разбера за какво говори учителят. Това не е по моя вина. Най-лошото обаче е, че другите деца ми се смеят, когато не мога да правя нещо, и ме наричат "идиот".

Какво трябва да направя?



ПЕДАГОГИЧЕСКА ТЕМА

Преподаване на права и ценности

Общо представяне на темата

Тъй като училището е микрография на обществото, то трябва да преподава и насърчава принципите на правата на човека и на децата. Преподаването на права и ценности е необходимост в днешно време, тъй като изглежда, че това липсва в нашето общество и учениците трябва не само да научат какви са техните права, но и че трябва да защитават своите и чуждите права. Педагозите и училищата трябва да обмислят възможността да се възползват от възможността да преподават и говорят за правата и ценностите при всяка предоставена възможност. Някои от правата и ценностите, които трябва да бъдат насърчавани и усвоявани не само от учениците и училищата, но и от обществото, са справедливост, посредничество, грижа, самочувствие, разнообразие, уважение, социална справедливост, съпричастност и много други. За да притежават тези права и ценности и да ги насърчават, учениците трябва първо да придобият житейски умения и социални компетентности.

Образованието за демократично гражданство и права на човека (EDC/HRE) дава приоритет на обучението по демокрация и права на човека не само чрез включването им в конкретни курсове от учебната програма, но и чрез по-широк поглед и нова перспектива, насочена към цялото училище (Gollob, Krapf, Weidinger, 2010). Освен това се предполага, че учениците трябва да учат за правата и ценностите през дейности, а не като им се говори за това. Те трябва да имат възможност сами да изследват тези въпроси по практически начин. Не само да придобиват знания, но и да развиват умения и разбиране. Да разберат значението на това да зачитат и защитават своите права, като същевременно зачитат правата на другите хора. Според Dan Olweus (2006) чувството за сигурност в училище е основно право на всеки ученик и следователно тормозът може да се счита за нарушение на човешките права.

Като се вземат предвид трите измерения на Образованието за демократично гражданство (EDC), учениците трябва да:

- се запознаят със своите права.
- Учат за техните права
- Учат чрез техните права

Училищата трябва да разработят рамка, която да позволи на учениците да възприемат правата, които имат, като принципи, които управляват класа и училището им и имат въздействие върху тях. Изучаването на правата и ценностите чрез техния опит ще позволи на учениците да развият съответните ценности и умения. Методите на преподаване следва да бъдат подбрани по начин, който ще позволи на учениците да преживеят училището като



микрообщност, в която трябва да преживеят, да научат и да прилагат правата на детето и правата на човека. Това ще им помогне на по-късен етап от живота им, когато ще бъдат членове на общността.

Изучаването на основните права, които всеки има, трябва да става чрез интерактивни дейности, съвместни и аналитични задачи, чрез участие в дискусии и дебати.

КЛЮЧОВИ ДУМИ: права на човека, ценности, принципи, училище, опит, тормоз, разнообразие, уважение, отговорности, самочувствие, посредничество, съпричастност, грижа, справедливост, социална справедливост.

Учебен опит 17:

Да се запознаем с нашите права!

Възраст на учениците

8-11 и 11-14+

Продължителност

80 минути

Учебна цел

Планът на урока има за цел да помогне на учениците:

- да повишат осведомеността си по въпросите на правата на човека
- да свържат правата на човека с ежедневието
- да се запознаят с Конвенцията за правата на човека
- да отстояват своите права

Учениците могат да придобият следните ключови компетентности:

- сътрудничество
- Работа в групи
- Критично мислене
- Решаване на проблеми
- Признаване и заичтане на правата на човека

Ресурси

Снимка на кученце

снимки, които показват някои права на децата (деца, които се хранят, учат, играят, са вкъщи със семейството си и т.н.), и снимки, които показват отношения, които не представляват права (деца, които тормозят, които нараняват други деца или животни и т.н.) или които показват липсата на права на децата (бездомни деца, гладни деца и т.н.)

Цветни картони

Самозалепващи се листчета в пет различни цвята

Маркери

Лепящи лепенки



Загрявка

Учениците застават в редица с лице към дъската. Учителят отива зад учениците и залепва по едно самозалепващо се листче на гърба на всеки ученик. Лепящите листчета са в пет различни цвята. След това учителят моли учениците да се движат из класа и да образуват групи с другите ученици, които имат същия цвят лепящо листче, без да говорят. По този начин класът се разделя на 5 групи, всяка от които сяда около кръгла маса (или бюрата се подреждат по съответен, подходящ начин).

Дейности

Дейности 1: Нуждите на кученцето

Първоначално учителят поздравява учениците си и им обяснява, че днес ще имат възможност да работят по групи, да си сътрудничат, да изследват, да откриват нови знания и да се забавляват.

След това представя на децата ситуация, в която някой е изоставил кученце в двора на училището. Той/тя моли децата да помислят и да разкажат в своите групи как биха реагирали, като имат предвид нуждите на кученцето. Учителят обикаля групите, като подпомага дискусиата и насърчава всички ученици да участват в нея. Всяка група записва на лепящи се листчета нуждите на кученцето. След 10 минути учителят моли децата да разкажат пред всички как би реагирала тяхната група. След това учениците се изправят един по един и представят написаното на едно самозалепващо се листче на своята група и го залепва на дъската около снимката на кученцето, която учителят вече е поставил в центъра на дъската. Ако някой друг вече е споменал дадена нужда, тя не трябва да се повтаря. Доколкото всички нужди на кученцето, които групите са измислили, са представени (уверете се, че са споменати храна, вода, къща, компания, играчки, внимание и т.н.), учителят пита децата: "Ако кученцето има тези нужди, за да живее и да се развива, трябва ли да има право на тях? Кой е отговорен да гарантира, че то получава всички неща, от които се нуждае, че потребностите на кученцето са задоволени?" Могат да споменат, че отговорен е този, който е собственик на кученцето, или приютът и т.н.

Дейност 2: Правата на децата

Учителят пита: "Имат ли децата подобни нужди и права като кученцето?" След това той/тя дава на групите снимки на деца. Някои от снимките показват нуждите и правата на децата (децата се хранят, обучават, играят, са въщи със семейството и т.н.), а други показват някои отношения, които не представляват права (деца, които тормозят, които нараняват други деца или животни и т.н.) или които показват липсата на права на децата (бездомни деца, гладни деца и т.н.). Той/тя моли децата да обсъдят в групите си своите снимки и да решат кои от тях представляват права и кои не. Учителят залепва два големи картона с различни цветове на дъската. Единият картон е за картинките с права (Права), а другият - за останалите картинки (Липса на права). След дискусиите на учениците по групи, един по един те се изправят и представят по една картинка, като пояснява дали тя изобразява право, или не. След това



той/тя залепва картинката в дясната част на дъската и я описва накратко (1-2 думи).

След това учителят обсъжда с децата нуждите и правата на децата. Те предлагат още права, които се добавят на плаката, създаден от тях в предишната дейност. Той/тя им обяснява, че са създали плакат/списък с правата на децата. Освен това те обсъждат кой е отговорен за това децата да имат тези права и ако нямат всички права, да се погрижи да получат това, на което имат право. Ако децата не го споменат, учителят ги информира за Конвенцията за правата на детето (КПД). Той/тя обяснява, че КПД има за цел да подкрепя правата на децата, да ги защитава, да ги осигурява и да им гарантира, че могат да участват в света около тях.

Дейност 3: Конвенция за правата на детето (КПД)

Накрая учителят представя КПД в удобен за децата формат (плакат, видеоклип, снимки) и всички заедно отбелязват в плаката правата, които са измислили сами. Децата осъзнават, че са разбрали повечето от правата си и че могат да мислят, решават и говорят за нещата, които ги засягат. Те са експерти по собствения си живот.

Приложения, ресурси и видео ресурси

Конвенцията за правата на детето в картинки (английска версия)

<http://www.childcom.org.cy/ccr/ccr.nsf/All/62943FF634FAB8D4C22583EE002D13C8?OpenDocument>

Конвенция за правата на детето в картинки (гръцка версия)

<http://www.childcom.org.cy/ccr/ccr.nsf/All/343661A9E2277A5AC2258335003F6B87?OpenDocument>

Конвенция за правата на детето – постер (гръцка версия)

[http://www.childcom.org.cy/ccr/ccr.nsf/All/343661A9E2277A5AC2258335003F6B87/\\$file/DIKEOMATA%20POSTER.pdf](http://www.childcom.org.cy/ccr/ccr.nsf/All/343661A9E2277A5AC2258335003F6B87/$file/DIKEOMATA%20POSTER.pdf)

УНИЦЕФ Правата на детето – видео на английски

<https://www.youtube.com/watch?v=mI2dYmNCJVQ>

Анимационни филми за правата на детето - УНИЦЕФ

<https://www.youtube.com/watch?v=442yLFwrzs8>

Права на децата – видео на гръцки

<https://www.youtube.com/watch?v=mzGr2I4pBzU>

Правата на децата – видео на английски и гръцки

<https://www.youtube.com/watch?v=jCT6AjmiFZ4>

Конвенция за правата на детето – версия за деца

<https://www.unicef.org/media/60981/file/convention-rights-child-text-child-friendly-version.pdf>

Ресурси: Конвенция за правата на детето на ООН

Приета от ООН през ноември 1989.

Ето кратко резюме на Конвенцията. Актуалната формулировка може да бъде намерена на уебсайта на ООН на адрес <http://www.un.org/documents/ga/res/44/a44r025.htm>



Дефиниция на дете	Член 1: Дете е всяко лице под 18-годишна възраст, освен ако според законите на съответната държава пълнолетието настъпва по-рано.
Недискриминация	Член 2: Всички права по Конвенцията на ООН за правата на детето се отнасят за всички деца, независимо от това кои са или къде се намира. Правителството е отговорно да ги защитава от всякакъв вид дискриминация и да действа за насърчаване на техните права.
Най-добрите интереси на детето	Член 3: Всички действия, които засягат деца, трябва да се предприемат с оглед на техния най-добър интерес. Правителството трябва да се грижи за децата, когато родителите им или някой друг, отговорен за тях, не го прави.
Имплементиране на правата	Член 4: Правителството трябва да направи всичко възможно, за да приложи правата, предвидени в тази конвенция.
Насоки за родителите	Член 5: Правителството трябва да зачита правата и отговорностите на семействата, за да им предоставя насоки по начин, който отговаря на променящите се способности на децата.
Оцеляване и развитие	Член 6: Всяко дете има право на живот и правителството е длъжно да се погрижи то да оцелее и да се развива.
Име и гражданство	Член 7: Децата имат право на име, когато се родят. Те имат също така право на гражданство и, доколкото е възможно, да познават родителите си и да получават грижи от тях.
Съхраняване на идентичността	Член 8: Правителството е длъжно да защити и, ако е необходимо, да възстанови основните аспекти на идентичността на детето. Това включва неговото име, националност и всички семейни връзки.
Отделяне от родителите	Член 9: Децата имат право да живеят с родителите си, освен ако не се реши, че това не е най-добрият вариант за тях. Децата имат право да поддържат контакти и с двамата си родители, ако са отделени от тях.
Събиране на семейството	Член 10: Децата и техните родители имат право да напуснат всяка страна и да влязат в собствената си страна, за да се съберат със семействата си или да поддържат отношенията си с родителите си.
Незаконно прехвърляне и невръщане	Член 11: Правителството е длъжно да предотвратява и да предприема действия в случай на отвличане или всяко друго действие, което държи дете далеч от собствената му страна, независимо дали е извършено от негов родител, или от някой друг.
Мнението на детето	Член 12: Децата имат право да изразяват свободно мнението си и това мнение да бъде вземано предвид във всичко, което ги засяга.
Свобода на изразяването	Член 13: Децата имат право да изразяват собствените си възгледи, да получават информация и да разказват на другите за своите идеи.
Свобода на мисълта, съзнанието и	Член 14: Правителството следва да зачита правото на децата на свобода на мисълта, съзнанието и религията с подходящи родителски



религията	напътствия.
Свобода на сдружаването	Член 15: Децата имат право да се срещат с други хора и да се присъединяват към или да създават групи.
Защита на личните данни	Член 16: Децата имат право на закрила от намеса в личния им живот, в семейството им, в домовете им и в кореспонденцията им, както и от незаконни посегателства върху честта или репутацията им (обида или клевета).
Достъп до подходяща информация	Член 17: Правителството трябва да гарантира, че децата имат достъп до информация и материали от широк кръг източници. То следва също така да насърчава медиите да създават и разпространяват информация, която е полезна за децата, и да предприема мерки за защита на децата от вредни материали.
Родителски отговорности	Член 18: Родителите носят съвместна отговорност за отглеждането на децата си и трябва да правят това, което е най-добро за тях. Правителството следва да предоставя подходяща помощ на родителите при отглеждането на децата им.
Защита от малтретиране и negliжиране	Член 19: Правителството трябва да защитава децата от всякакъв вид малтретиране от страна на родителите или други лица, отговорни за грижите за тях, и да създаде програми за предотвратяване на насилие и малтретиране.
Защита за децата без семейства	Член 20: Правителството е длъжно да осигури специална закрила на децата, които не растат в семейството си или трябва да останат за известно време при някого друг, и да гарантира, че те имат подходяща алтернативна грижа в съответствие с тяхната културна среда.
Осиновяване	Член 21: Правителствата, които разрешават осиновяването, трябва да го позволяват само ако то е подходящо за детето, и то само когато има компетентни организации, които да го управляват, и подходящи настойници за детето.
Деца бежанци	Член 22: Децата бежанци или децата, които търсят убежище, следва да получат специална закрила. Правителството е отговорно за сътрудничеството с международните организации, които защитават и помагат на децата бежанци.
Деца с увреждания	Член 23: Децата с увреждания имат право на специални грижи, образование и обучение, които да им помогнат да водят пълноценен и достоен живот и да постигнат възможно най-голяма степен на самостоятелност и участие в обществото.
Здраве и здравни услуги	Член 24: Децата имат право на най-добрите възможни здравни и медицински грижи. Правителството следва да се съсредоточи върху осигуряването на първични и превантивни здравни грижи и обществено здравно образование, както и върху намаляването на детската смъртност.
Преглед на	Член 25: Децата, които са настанени далеч от родителите си, за да получат



настаняването	подходящи грижи, защита или лечение, имат право на редовен преглед на това настаняване.
Социална сигурност	Член 26: Децата имат право на социална сигурност, включително и на облаги (в зависимост от обстоятелствата).
Стандарт на живот	Член 27: Децата имат право на стандарт на живот, който е подходящ за тяхното физическо, умствено, духовно, морално и социално развитие. Родителите носят основната отговорност за това; правителството е длъжно да се увери, че те могат да го осигурят и го правят.
Образование	Член 28: Децата имат право на образование. Правителството трябва да гарантира, че началното образование е безплатно и задължително, да насърчава различни видове средно образование и да осигури достъп до висше образование на всички, които имат възможност за това. Училищната дисциплина следва да бъде съобразена с правата на детето, а правителството следва да насърчава децата да ходят на училище и да не отпаднат от образователната система.
Цели на образованието	Член 29: Образованието трябва да има за цел да развие в максимална степен личността, талантите, умствените и физическите способности на децата. То трябва да подготвя децата за активен живот на възрастни в свободно общество и да насърчава уважението към родителите, собствената им културна идентичност, език и ценности, както и към културния произход и ценности на другите.
Деца от малцинствата или коренното население	Член 30: Децата, които произхождат от етнически, религиозни и езикови малцинства или са представители на коренното население, имат право да се радват на собствената си култура и да изповядват собствената си религия и език.
Свободно време, отдых и културни дейности	Член 31: Децата имат право на свободно време и почивка, на игра и на участие в културни и артистични дейности.
Детски труд	Член 32: Децата имат право да бъдат защитени от работа, която е опасна за тяхното здраве, образование или развитие. Правителството трябва да определи минимална възраст за работа и да приеме закони за условията на труд.
Злоупотреба с наркотици	Член 33: Децата имат право на защита от употреба на наркотици и от участие в производството или разпространението им.
Сексуална експлоатация	Член 34: Правителството трябва да защитава децата от сексуална експлоатация и злоупотреба, включително въвличане в проституция и порнография.
Продажба, трафик и отвлечане	Член 35: Правителството е длъжно да положи всички усилия за предотвратяване на продажбата, трафика и отвлечането на деца.
Други видове експлоатация	Член 36: Децата имат право на защита от всички видове експлоатация.



<p>Изтезания и лишаване от свобода</p>	<p>Член 37: Никое дете не трябва да бъде измъчвано, третирано жестоко или наказвано, незаконно арестувано или да губи свободата си. Хората под 18-годишна възраст не трябва да получават смъртни присъди или доживотен затвор без никакъв шанс за освобождаване. Всяко дете, което е затворено (например в затвор), трябва да бъде отделено от възрастните, освен ако това не е най-добрият вариант за него. Децата, които са задържани, трябва да имат правна и друга помощ, както и възможност за контакт със семейството си.</p>
<p>Въоръжени конфликти</p>	<p>Член 38: Правителството трябва да направи всичко възможно, за да гарантира, че децата под 15-годишна възраст не участват пряко във войни или въоръжени конфликти. Никой на възраст под 15 години не трябва да бъде канен или допускан да се присъедини към въоръжените сили. Правителството следва също така да гарантира, че децата, които са засегнати от въоръжени конфликти, са защитени и за тях се полагат грижи.</p>
<p>Рехабилитационни грижи</p>	<p>Член 39: Правителството е длъжно да гарантира, че децата, жертви на въоръжени конфликти, изтезания, пренебрегване, малтретиране или експлоатация, получават подходящо лечение за тяхното възстановяване и връщане в обществото.</p>
<p>Управление на правосъдието за непълнолетни</p>	<p>Член 40: Децата, които имат проблеми със закона, имат право на лечение, което насърчава чувството им за достойнство и стойност, отчита възрастта им и има за цел да им помогне да се върнат към нормален живот. За тази цел следва да бъдат създадени специални закони и процедури, включително минимална възраст за повдигане на обвинение за извършено престъпление. Децата имат право на справедливо отношение (в съответствие с принципите на естествената справедливост) и на правна или друга помощ за тяхната защита. Съдебните производства и настаняването на деца в някакъв вид институция трябва да се избягват, доколкото е възможно.</p>
<p>Зачитане на по-високите стандарти</p>	<p>Член 41: Всички стандарти в националното и международното право, които се отнасят до правата на децата и са по-високопоставени от тези в настоящата Конвенция, се прилагат винаги.</p>

Ресурси/картинки



Social competences
and Fundamental Rights
for preventing bullying

safer





Учебно преживяване 18: Човешките права срещу тормоза

Възраст на учениците

8-11 и 11-14+

Продължителност

80 минути

Учебна цел

Планът на урока има за цел да помогне на учениците:

- Да свързват човешките права със ситуации на тормоз
- Да разберат, че насилието и физическият, вербалният и емоционалният тормоз са нарушение на правата на човека
- Да анализират различни отговори спрямо тормоза

Учениците могат да придобият следните ключови компетентности:

- Сътрудничество
- Работа в групи
- Критично мислене
- Решаване на проблеми, базирани на сценарий
- Ролеви игри
- признаване и зачитане на правата на човека в ежедневието.
- Свързване на човешките права със ситуации на тормоз



Ресурси

- Постер на Конвенцията на правата на детето
- плакатът, който учениците са създали по време на предишния урок.
- списък с хелплиниите и организациите в страната, които могат да помогнат в определени ситуации (консултативни линии, полиция, киберсигурност, организации за подкрепа на деца, служби в местната общност, към които децата могат да се обърнат за подкрепа, и т.н.).

Загрявка

Учениците се настаняват в кръг. Учителят моли учениците да станат, ако името им започва с А, В, К и т.н. Учениците, които се изправят, добавят пред името си една дума, която започва със същата буква като техния инициал и която ги описва. Например Милата Мирослава, Радостният Росен, Смелият Симеон и т.н. Учениците обясняват защо са избрали определено качество.

Дейности

Дейност 1

Ролева игра

Първоначално учителят поздравява учениците и им обяснява, че днес ще имат възможност да работят по групи, да си сътрудничат и да предприемат действия (да бъдат активни граждани).

Учителят представя на учениците следния сценарий:

"Ваш приятел нарича с обидни имена един от съучениците ви, който е много добър ученик и не обича да играе футбол. Вашият приятел му изпраща неприятни текстови съобщения и го принуждава да му дава нещата си. Ако вашият съученик откаже да му/й ги даде, той/тя го бута или удря. Тези неща се случват редовно и вашият съученик не се чувства добре от ситуацията".

Като има предвид Конвенцията за правата на детето и плаката, който учениците са изработили по време на предишния план на урока, учителят моли учениците да посочат правата на детето, които не се спазват в този сценарий.

"Държавите страни по Конвенцията, предприемат всички подходящи законодателни, административни, социални и образователни мерки за защита на детето от всички форми на физическо или психическо насилие, нараняване или злоупотреба, negliжиране или negliжиращо отношение, малтретиране или експлоатация, включително сексуална злоупотреба, докато то е под грижите на родител, законен настойник или друго лице, което се грижи за детето." **Член 19, Конвенция за правата на детето.**

19. Защита от насилие

Правителствата трябва да защитават децата от насилие, злоупотреба и negliжиране от страна на всеки, който се грижи за тях. Конвенция за правата на детето: **версия за децата**



След това учителят разделя учениците на групи (препоръчително е да се сформират същите групи като в предишния урок) и ги моли да създадат минипиеса, като започнат с горния сценарий и дадат свои идеи за действието.

Всяка група представя своята пиеса пред класа.

Дейност 2

Дискусия

След като всички групи са представили своите пиеси, учителят насърчава обсъждането на различните реакции/действия на групите. По време на дискусията учителят набляга на хората (значимите други хора), които учениците могат да помолят за помощ. Къде учениците, които са подложени на тормоз, могат да намерят помощ и подкрепа? В този момент е много важно да се даде на учениците информация за хелплинии или организации, които могат да им помогнат в определени ситуации (консултативни линии, полиция, киберсигурност, организации в помощ на деца, служби в местната общност, към които децата могат да се обърнат за подкрепа и т.н.). Учителят поставя пред учениците въпроса дали ситуацията трябва да се третира по различен начин, ако приятелят не е бутал или удрял съученика си. В този момент трябва да се направи представяне на различните видове тормоз - физически - вербален - емоционален и т.н. (Всички видове тормоз и нарушаване на човешките права трябва да се третират незабавно и всички ученици трябва да се чувстват сигурни и щастливи в училище, ползвайки се от всички свои права.)

След това, ако остане време, учителят насърчава учениците да помислят за реални преживявания, като се съсредоточат върху тормоз или насилие, които са преживели или наблюдавали. В този момент учителят трябва да бъде много внимателен, за да не се появи лична информация по време на дискусията.

В края на урока учениците трябва да знаят "Какво могат да направят, когато се нарушават техните права?" и "Кои са техните съюзници в отстояването на правата им?"

Приложения, ресурси и видео ресурси

Convention-rights-child-text-child-friendly-version.pdf

<https://www.unicef.org/media/60981/file/convention-rights-child-text-child-friendly-version.pdf>

Плакатът, който учениците са изработили по време на предишния урок



Учебно преживяване 19: Права и отговорности

Възраст на учениците

8-11 и 11-14+

Продължителност

80 минути

Учебна цел

Планът на урока има за цел да помогне на учениците:

- да си изяснят, че всеки се сблъсква с насилие в ежедневието си по много начини.
- да подчертае отговорността на взаимно уважение и подкрепа.
- да поемат лична отговорност и да променят нещата.
- да изпитват съпричастност към всички в класа и училището.

Основните умения, които трябва да се придобият, са:

- Критично мислене
- Решаване на проблем, базиран на сценарий
- признаване и зачитане на правата на човека в ежедневието
- съотнасяне на правата на човека към ситуации на тормоз
- Активно слушане
- Активно гражданство

Ресурси

Картонена хартия (и работни листове)

Компютър и проектор

Ролеви карти

Тетрадки

Компютър, проектор

За допълнителната дейност с мобилния телефон:

Празни фигури за всеки ученик

Ножица

Закачалка/обръч/дървена дръжка за допълнителната дейност с мобилния телефон

Материали за оцветяване

Цветни панделки

Подготовка

Учителят трябва да подготви ролеви карти за дейността "Стъпка напред". В ролеви карти се посочват ролите (Иван, приятел на Иван, Андрей, друг съученик).

Освен това той/тя трябва да подготви картоната с две колони и да подготви и размножи работния лист, който учениците ще използват.



Дейности

Дейност 1

Стъпка напред

Първоначално учителят поздравява учениците си и им обяснява, че днес ще имат възможност да наблегнат на правата на човека чрез забавна дейност и да разберат, че могат да предприемат действия, за да направят промяна.

Учителят използва същия сценарий като в предишния урок: "Приятел на Иван нарича с обидни имена един от съучениците му (Андрей), който е много добър ученик и не обича да играе футбол. Приятелят на Иван му изпраща обидни съобщения и го принуждава да му дава нещата си. Ако съученикът на Иван откаже да му даде нещо, той го бута или удря. Тези неща се случват редовно и съученикът на Иван не се чувства добре от ситуацията". Прави се обсъждане на ролите, които участват в сценария.

След това учителят дава на учениците ролеви карти (Иван, приятел на Иван, Андрей, друг съученик) и ги моли да станат и да се наредят един до друг. Той обяснява, че ще опише някои неща, които могат да се случат на едно дете. Ако те смятат, че твърдението би било вярно за човека от тяхната ролева карта, трябва да направят крачка напред. В противен случай не трябва да се движат.

След това учителят прочита ситуациите една по една и прави пауза между всяко твърдение, за да даде време на учениците да направят крачка напред.

Твърдения:

- ✓ Не ви дразнят и не ви изключват заради различните ви интереси.
- ✓ Участвате в извънкласни клубове и спортни занимания.
- ✓ Смятате, че другите ученици ви харесват и искат да бъдат приятели с вас.
- ✓ Не се страхувате в училище.
- ✓ Никога не сте се чувствали дискриминирани.
- ✓ Смятате, че всички деца в класа ви се чувстват сигурни и ценени.
- ✓ Имате приятели в училище и се чувствате добре, когато ги каните на вечеря или да преспят в дома ви.
- ✓ Не се страхувате, че ще ви дразнят или нападат на улицата, в училище или там, където живеете.
- ✓ Чувствате се ценени за това, което можете, и насърчавани да развivate всичките си способности.
- ✓ Смятате, че можете да направите нещо, за да помогнете на някой съученик, който е обект на подигравки.
- ✓ Готови сте да направите нещо, за да помогнете на някой съученик, който е обект на подигравки.

В края на твърденията учителят ги приканва да се огледат, за да видят къде са другите.

В края на дейността "Стъпка напред" учителят приканва всеки да отиде на последното място, където е седял. След това той моли всеки ученик подред да опише определената му роля.



След като учениците са се идентифицирали, учителят ги моли да погледнат къде се намират в края на дейността и къде се намират другите ученици.

Следва дискусия въз основа на следните въпроси:

- Как се почувствахте, когато пристъпихте напред или не пристъпихте напред?
- Всяко дете от класа на горепосочените деца живее, работи и се забавлява комфортно и безопасно?
- Нещата са справедливи за всички в тази ситуация/дейност?
- Правата на всички ученици се спазват?

След това учителят моли учениците да затворят очи, да се превърнат в себе си, да се изправят и да се върнат на местата си.

Дейност 2:

Права и отговорности

След това той поставя пред учениците въпроса дали могат да предприемат действия, за да помогнат и да се уверят, че всяко дете в тяхното училище или в тяхната общност живее, работи и се забавлява комфортно и безопасно?

След това представя диаграма в две колони. Едната колона е за правата, а другата - за отговорностите. В първата колона се записват твърдения като следните:

- Всеки има право да бъде третиран справедливо.
- Всеки има право да участва в дейностите на класа/училището.
- Всеки има право да изразява мнението си в работните групи.
- Всеки има право да се чувства щастлив в училище.
- Всеки има право да се чувства в безопасност в училище.
- Всеки има право да играе с другите деца.
- Всеки има право да работи в тиха класна стая.
- Всеки има право да бъде оценен за това, което може да направи.
- Всеки има право да чувства, че принадлежи в класа.
- (Могат да се напишат и други твърдения, които да отговарят на ситуацията в класа)

За всяко от изброените права учителят моли учениците да запишат в тетрадките си или на работния лист, който им предоставя, конкретните отговорности, които всеки човек в училище има, за да се увери, че всеки се ползва от това право. Напишете в графата "Отговорности": "Аз имам отговорността(да не изключвам някого от участие или да включвам всички в играта и т.н.)" или "Аз би трябвало да/трябва да".

Когато учениците приключат с попълването на таблицата, обявяват своите отговорности, а учителят записва някои отговори в таблицата на класа и я окачва на видно място в класната стая.

Учителят подчертава, че правилата и отговорностите ни помагат да живеем в общности, така че правата на всички да се зачитат, да сме в безопасност и да сме здрави. Всеки от нас е длъжен да мисли и да действа, за да не нарушава правата на другите хора или за да спре нарушаването на правата на другите хора. Индивидуалните действия и промени допринасят за глобалните промени. В този момент учителят представя кратката история с морската звезда: <https://www.youtube.com/watch?v=1wuSaNCIde4>



Връзка с общността

Учителят моли учениците да поговорят с родителите си вкъщи и да напишат в тетрадките си две ситуации, които са преживели или които могат да преживеят за в бъдеще в ежедневието си в общността и които са свързани с нарушения на правата на човека. Как биха могли или могат да реагират, за да помогнат на всички членове на общността да се възползват от човешките си права.

Идея за допълнителна творческа дейност:

Създайте мобилно устройство, с което да украсите класа. Всеки ученик взема цветна хартия с празна фигура и я изрязва. Всеки написва от едната страна право, а от другата страна - отговорност и я украсява. След това всички фигури се окачват на обръч, на закачалка или на дървена пръчка с цветни панделки.

ПРИЛОЖЕНИЯ, РЕСУРСИ И ВИДЕО РЕСУРСИ

Видео: <https://www.youtube.com/watch?v=1wuSaNCIde4>

Учебно преживяване 20: Познаваш ли нашите ценности?

Възраст на учениците

11-14+

Може да бъде адаптирано за възрастта на учениците

Продължителност

40 минути

Учебна цел

Планът на урока има за цел да помогне на учениците да определят и разберат какво е значението на ценностите и какво е определението на базовите ценности, на които се основава проектът Safer: разнообразие, уважение, социална справедливост, съпричастност, самочувствие, грижа, посредничество, справедливост.

Главните компетентности, които могат да се придобият:

- Сътрудничество
- Работа в групи
- Критично мислене
- определяне и признаване на ценности
- развитие на писмената и устната реч

Ресурси

Листове хартия с изписани цветове зелено, червено, синьо



Компютър, проектор, бяла дъска, маркери
Пъзел с думи
Хартия и химикалки за учениците

Подготовка

Учителят написва на малки листчета цветовете зелено, червено и синьо, за да може да има три групи ученици. Той/тя ще ги използва, за да раздели учениците на три групи.

Учителят трябва също така да подготви и разпечата пъзела с думи, който учениците ще използват. Пъзелът ще включва думи, които представляват различни ценности. Сред тях трябва да бъдат включени основните ценности, които проектът SAFER насърчава: разнообразие, уважение, социална справедливост, съпричастност, самочувствие, грижа, посредничество, честност.

Важно е учителят да се увери, че учениците ще бъдат разделени на групи на случаен принцип според цвета, който ще изберат, и че никой няма да смени групата си.

Той/тя трябва да обясни от самото начало, че всички ще работят в сътрудничество в своите групи, че всеки има право да говори и да изразява идеи и че ще запазят възможно най-голяма тишина по време на дискусиите.

По време на процеса учителят помага на учениците, когато е необходимо, и ги насърчава да участват.

Важно е всички да се уважават, да се изслушват и да изчакват реда си да говорят.

Загрявка:

Учителят обяснява, че всички ученици ще бъдат разделени на три групи на случаен принцип. Той/тя минава през класната стая с кутията с листчетата и моли всеки ученик да си изтегли по едно. След това учениците сядат заедно като групи: "Зелени", "Червени" и "Сини".

Дейности

Пъзел на ценностите

Първоначално учителят поздравява учениците си и им обяснява, че днес ще имат възможност да работят по групи, да си сътрудничат, да откриват нови знания и да се забавляват.

Учителят дава на учениците играта "**Пъзел на ценностите**", без да им казва, че се опитват да намерят думи, които представляват ценности. Той просто моли учениците да работят в групите си и да открият в пъзела възможно най-много думи, като им дава 5-6 минути. Учителят се уверява, че следи времето. Когато времето изтече, учителят събира пъзелите от всяка група. След това моли ученика, който е с най-ранна рождена дата в съответната група, да вземе последния пъзел на своята група и да напише на бялата дъска думите, които е открил. Отборът, който е намерил най-много думи, е отборът победител.

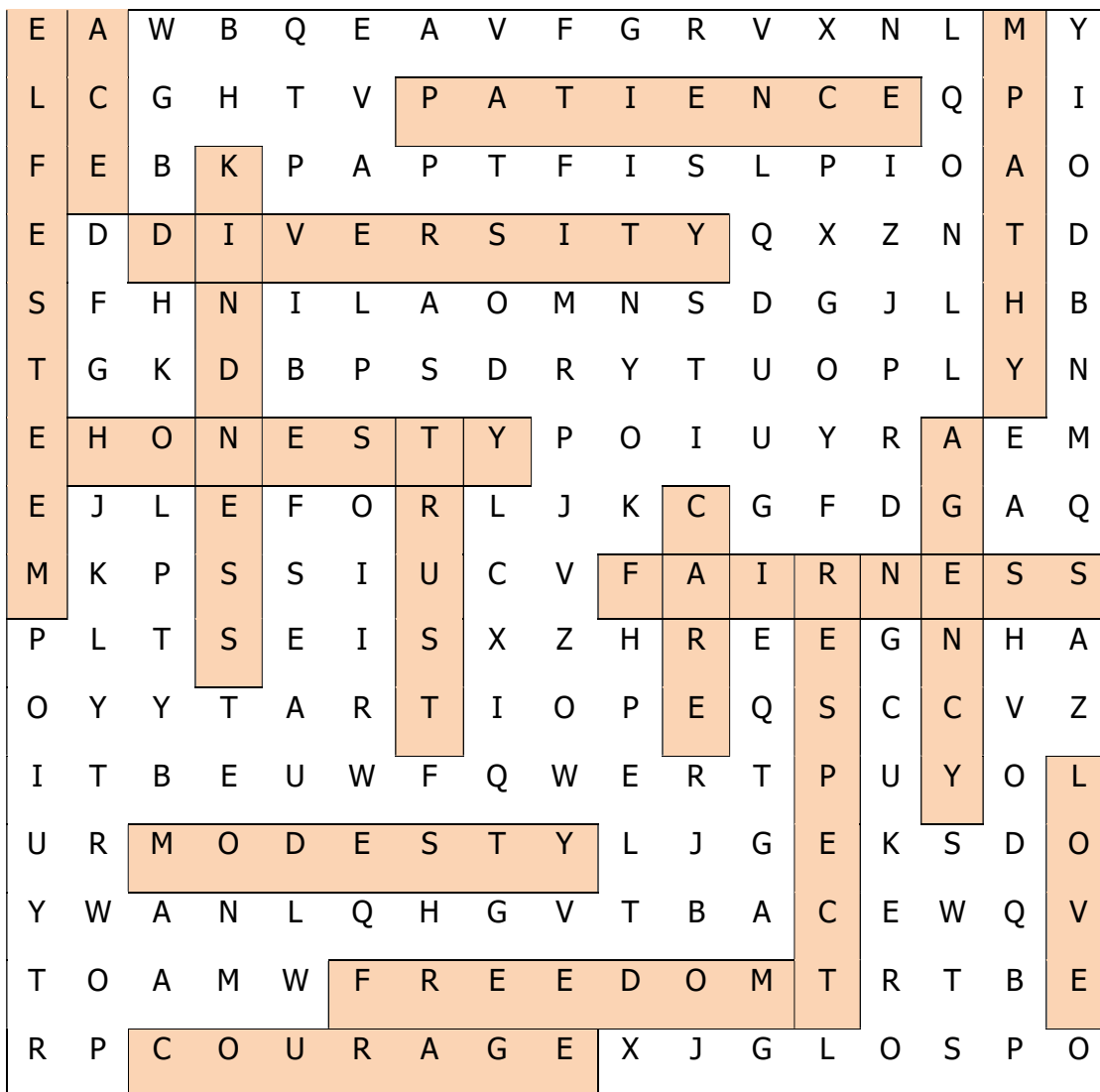


VALUES WORD PUZZLE

A	D	R	E	S	P	O	N	S	I	B	I	L	I	T	Y	I
K	N	D	R	O	H	J	S	X	Z	T	Y	O	E	P	H	L
F	A	A	P	F	Z	L	O	Y	A	L	T	Y	A	W	T	D
A	P	A	V	G	T	F	K	J	L	M	R	E	S	J	G	R
S	E	Q	S	O	C	I	A	L	J	U	S	T	I	C	E	R
E	A	W	B	Q	E	A	V	F	G	R	V	X	N	L	M	Y
L	C	G	H	T	V	P	A	T	I	E	N	C	E	Q	P	I
F	E	B	K	P	A	P	T	F	I	S	L	P	I	O	A	O
E	D	D	I	V	E	R	S	I	T	Y	Q	X	Z	N	T	D
S	F	H	N	I	L	A	O	M	N	S	D	G	J	L	H	B
T	G	K	D	B	P	S	D	R	Y	T	U	O	P	L	Y	N
E	H	O	N	E	S	T	Y	P	O	I	U	Y	R	A	E	M
E	J	L	E	F	O	R	L	J	K	C	G	F	D	G	A	Q
M	K	P	S	S	I	U	C	V	F	A	I	R	N	E	S	S
P	L	T	S	E	I	S	X	Z	H	R	E	E	G	N	H	A
O	Y	Y	T	A	R	T	I	O	P	E	Q	S	C	C	V	Z
I	T	B	E	U	W	F	Q	W	E	R	T	P	U	Y	O	L
U	R	M	O	D	E	S	T	Y	L	J	G	E	K	S	D	O
Y	W	A	N	L	Q	H	G	V	T	B	A	C	E	W	Q	V
T	O	A	M	W	F	R	E	E	D	O	M	T	R	T	B	E
R	P	C	O	U	R	A	G	E	X	J	G	L	O	S	P	O

VALUES WORD PUZZLE

A	D	R	E	S	P	O	N	S	I	B	I	L	I	T	Y	I
K	N	D	R	O	H	J	S	X	Z	T	Y	O	E	P	H	L
F	A	A	P	F	Z	L	O	Y	A	L	T	Y	A	W	T	D
A	P	A	V	G	T	F	K	J	L	M	R	E	S	J	G	R
S	E	Q	S	O	C	I	A	L	J	U	S	T	I	C	E	R



След като всички думи са написани на дъската, учителят насърчава учениците да открият общото между тях. По този начин те ще стигнат до факта, че всички думи са Ценности, така че учителят ще обясни, че всички дейности от следващите уроци ще им дадат възможност да обсъдят и открият значението на тези ценности.

Учебно преживяване 21: Значението на ценностите

Възраст на учениците

11-14+

Може да бъде адаптирано за възрастта на учениците

Продължителност

40 минути

Учебна цел



Планът на урока цели да помогне на учениците да:

- да определят и разберат кое е значението на ценностите и каква е дефиницията на основните ценности, на които се основава проектът Safer: многообразие, уважение, социална справедливост, съпричастност, самоуважение, грижа, посредничество, справедливост.
- Да подобрят вербалната си реч.

Основните компетентности, които трябва да се придобият, са:

- кооперативност
- работа по групи
- критично мислене
- дефиниране и разпознаване на ценности
- Развитие на писмената и устната реч

Ресурси

Компютър, проектор, бяла дъска, маркери

Снимки с дефиниции в надписите

Листове и химикалки за учениците

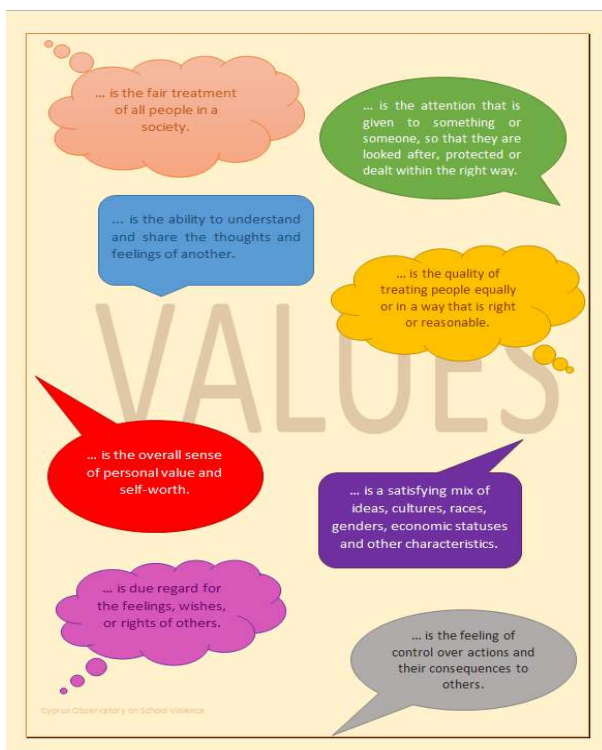
Дейности

SAFER Ценности

Първоначално учителят напомня на учениците за предишния урок, като показва на дъската "Пъзел на ценностите" и им напомня, че в края на предишния урок всички са се съгласили, че всички думи се отнасят до ценности. След това ги насърчава да помислят и да се опитат да намерят определението за Ценности, като напишат своето определение в тетрадките си.

Когато достатъчно ученици прочетат определенията си на глас, учителят ги пита дали ги смятат за важен аспект от живота си (обсъждане чрез мозъчна атака: "Какво представляват ценностите?", "Важни ли са?", "Защо?", "Чували ли сте за тях преди?" и т.н.). След това учителят огражда на дъската ценностите на SAFER: **многообразие, уважение, социална справедливост, емпатия, самочувствие, грижа, посредничество, справедливост** и моли учениците да ги напишат в тетрадките си.

След това учителят представя на бялата дъска картинки с надписи, отнасящи се до определението на всяка ценност, като иска от учениците да открият кое определение за коя ценност се отнася.



Ценност...

... е справедливото отношение към всички хора в обществото.

... е способността да разбираме и споделяме мислите на някого друг.

... е общото усещане за лична ценност и стойност.

... е зачитането на чувствата, желанията и правата на другите.

... е вниманието, което се обръща на някого или нещо, така че за тях да се полагат грижи, да бъдат защитени или да се действа по правилния начин.

... е качеството да се третират хората еднакво или по начин, който е правилен или разумен.

... е задоволителната смес на идеи, култури, раси, полове, икономически статуси и други характеристики.

След това учителят обсъжда с учениците всяко определение и когато всички

съвпадат с правилната ценност, той/тя моли учениците да напишат по едно изречение за всяка от тях. Ако времето е ограничено, той/тя им възлага да направят това упражнение вкъщи.

Учебно преживяване 22:

Култивиране и възпитаване на ценностите

Възраст на учениците

11-14+

Може да бъде адаптирано за възрастта на учениците

Продължителност

40 минути

Учебна цел

Планът на урока цели да помогне на учениците да:

- да си сътрудничат, да се свързват, да обменят идеи и аргументи за значението на култивирането/възпитаването на ценности от семейството и/или от училището или липсата им изобщо в контекста на "дебат"
- да подобрят вербалната си реч и да разберат колко е важно да бъдат аргументирани, а не конфликтни.

Основните компетентности, които трябва да се придобият, са:

- сътрудничество
- работа в екип



- критично мислене
- развитие на писмената и устната реч
- дебатирание

Ресурси

Листчета с изписани цветове зелено, червено, синьо (ако е необходимо)
Компютър, проектор, бяла дъска, маркери
Хартия и химикалки за учениците

Подготовка

Учителят разделя учениците на три групи, като използва цветните листчета "Зелени", "Червени" и "Сини". Ако учителят не иска да повтаря този процес, може да раздели учениците в групите, в които са били по време на първото занимание.

Дейности

Дебат

Учителят дава на всеки ученик стикер с цвета на неговата група, за да го залепи на тениската/ризата/суичъра си.

След това учителят обяснява, че трите групи ще участват в дебат, свързан с ценностите, както следва:

Група 1 - Зелени: "Семейството е отговорно за „култивирането“ на ценности у децата“

Група 2 - Червени: "Училището е отговорно за „култивирането“ на ценности у децата“

Група 3 - Сини: „Не е важно да имаме ценности в живота си; семейството или училището трябва да ги "култивират“.

Учителят дава време на всяка група да подготви аргументите си, като ги моли да работят възможно най-тихо. Той/тя също така преминава през всяка група и оказва помощ, ако е необходимо.

Когато групите са готови, започва дебатът. Учителят улеснява целия процес, като дава възможност на всяка група да говори, да обменя идеи и аргументи, да задава въпроси, да обяснява и т.н. Той/тя също така се уверява, че всеки уважава другия и неговото/нейното мнение.

Цялата дейност трябва да позволи на учениците да изразяват идеи, за да "спечелят", като например:

- ✓ Единствено семейството е отговорно за възпитанието на ценности у детето, тъй като те се формират още с раждането. /Всекидневният живот, опитът и взаимоотношенията между членовете на семейството помагат на детето да има ценности. /Ако родителите нямат ценности, детето никога няма да ги има и т.н.
- ✓ Училището играе най-важната роля за възпитанието на ценности у детето поради своята възпитателна роля. /Децата прекарват по-голямата част от времето си в



училище, имат много учители, научават много неща и ценностите, са нещо, което им се преподава. /Учителите, като използват примери и дейности, ще помогнат на учениците да имат ценности /Училищната програма включва преподаване на ценности и т.н.

- ✓ Не е необходимо да имаме ценности в живота си. /Никой, нито семейството, нито училището, не може да ни научи на ценности, ако не искаме. /В днешно време всеки трябва да се опитва да бъде щастлив, като прави каквото си иска, без да се съобразява с другите/ Да бъдеш егоист е най-доброто, в крайна сметка всеки се грижи за себе си и т.н.

В края на дебата учениците трябва да разберат, че всяка група е изразила различни, но добри идеи и чрез последвалата дискусия ще стигнат до важното заключение: Трябва да имаме ценности; те са важни; те ни позволяват да общуваме помежду си и да имаме здрави взаимоотношения. Освен това както семейството, така и училището имат отговорността да ги култивират у учениците, а не да ги преподават като урок: **Ценностите са принципи и норми на поведение, които някой култивира през целия си живот** и които ще му помогнат да избегне конфликти или други форми на насилие в училище и извън него.

Целият урок завършва с видео относно ценностите:

<https://www.youtube.com/watch?v=om3INBWfoxY> или <https://www.youtube.com/watch?v=cZM9Z4vM-iM>

Бележка

Важно е да се отбележи, че учителят трябва да бъде фасилитатор по време на уроците и да изповядва същите ценности, които е призван да "преподава"/възпитава у учениците.

Учебно преживяване 23:

Насърчаване на уважението и многообразието

Възраст на учениците

8-11 и 11-14+

Продължителност

80 минути

Учебна цел

Планът на урока има за цел да помогне на учениците да:

- да разберат, че многообразието е характерно за съвременните общества, а също и за тяхното училище, тъй като училищата се считат за "малки общества".
- да разберат, че всички хора са различни, но в същото време, ако има уважение между тях, те могат да живеят и общуват хармонично.



Основните компетентности, които трябва да се придобият, са:

- критично мислене
- толерантност и уважение към многообразието
- развитие на писмената и устната реч
- решаване на проблеми
- разказване на истории

Ресурси

Бяла дъска

Компютър-проектор

Тетрадки и химикалки/моливи за учениците

Подготовка

Учителят трябва да подготви Power Point презентация с историята на "Седемте цветни рицари". (Esteve Puhol i Ponsi, Ines Louz Gonzalez, 2003, 20 Values of Life).

Загрявка

Учителят моли всеки ученик да каже името си, цвета на косата си, произхода си и едно качество, което според него го представя по-добре. В крайна сметка всички ще видят, че имат различия (външен вид, характер), но са членове на един клас и група приятели.

Дейности

Разказване на история

Първоначално учителят поздравява учениците си и им обяснява, че днес ще участват в много интересна дейност, свързана с многообразието и уважението.

Учителят прожектира на дъската приказката "Седемте цветни рицари" (Esteve Puhol i Ponsi, Ines Louz Gonzalez, 2003 г., "20 ценности на живота"), адаптирана в кратък вариант:

"Имало едно време седем рицари, които живеели в Царството на цветовете: Червения, Жълтия, Зеления, Синия, Оранжевия, Лилавия и Светлосиния. Всички те били много смели и се гордеели със своя цвят. Смятали, че всеки от тях е по-добър от другия; прекарвали много часове, като се любували на себе си пред огледалото и смятали, че всички останали рицари имат само недостатъци. Затова през цялото време се карали за своите предимства.

Един ден кралят решил да им даде урок. Той ги помолил да украсят двореца за сватбата на дъщеря му. За пореден път рицарите поради суетата си не могли да си сътрудничат и да се споразумеят и започнали да се карат, защото всеки от тях смятал, че е по-добър от другия.

Кралят се разгневил и заповядал на слугите си да изгонят рицарите от двореца. Слугите се събрали, вързали рицарите и ги изпратили далеч, отвъд облаците. Тогава се случило нещо вълшебно: рицарите образували върху небето най-красивата дъга, която някой някога е виждал. Всички в кралството се възхищавали на пъстрата дъга и на това как всички цветове заедно сякаш съчетавали картината на топъл пламък, кошница с портокали, слънчев лъч, парче гора, море, кошница с узряло грозде и небето в следобедните часове, при това едновременно."



Когато историята приключи, учителят задава на учениците следните въпроси:

- а. Какво мислите за историята, харесва ли ви, чували ли сте я преди?
- б. Кои са главните герои?
- в. Как се е създала дъгата?
- г. Какъв е смисълът на историята? Как историята е свързана с дейността, която проведохме в началото на урока? (Рицарите показват, че разнообразието прави живота красив. Всички ние сме различни, но и еднакви. Заедно можем да бъдем креативни. Уважението един към друг позволява да се избегнат конфликтите. Всички ние имаме положителни характеристики, което не означава, че сме по-добри или свършени).

След това учителят моли учениците да помислят и да обсъдят заедно положителните качества, които всеки рицар е използвал по време на битките си, в зависимост от цвета си. Например за Червения рицар те могат да си помислят, че той е по-добър и красив, защото има същия цвят като ягодите, черешите, червените рози или червеното е топъл цвят, изразяващ пламъците на огъня. Учителят се уверява, че е написал мнението на учениците на дъската и им дава време да го напишат и в тетрадките си.

Дейност 2: Креативно писане

В края на дейността учениците обсъждат как ценностите на многообразието и уважението им помагат да избягват конфликти и ги предпазват от насилие и тормоз. Въз основа на това учителят моли учениците да напишат кратки диалози, които биха могли да се случат между учениците в училище и които показват уважение към многообразието.

Преди да приключи, учителят възлага на учениците следните възможни дейности като домашна работа:

- а. да напишат и подготвят сцената с борбата, която завършва с образуването на дъгата, Някои ученици могат да изиграят сцената в класната стая през някой от следващите дни.
- б. да направят плакат или рисунка на любимата си част от историята,
- в. да напишат различен край на историята.
- г. да напишат своя собствена история за разнообразието.

Цитат на деня: "Хората се нуждаят от разнообразие. С двама "ти" в един и същи град би било претъпкано." (Николас Смирнакис, гръцки писател)



Учебно преживяване 24:

Ценностите на Социалната справедливост- Честност/Емпатия-Чувство за отговорност/Самочувствие- Грижа

Възраст на учениците

8-11 и 11-14+

Продължителност

80 минути

Учебна цел

Планът на урока цели да:

- популяризиране и възпитаване сред учениците на основните ценности на Социалната справедливост-Честност/Емпатия-Чувство за отговорност/Самочувствие-Грижа
- Насърчаване на сътрудничеството
- помагат на учениците да разпознават своите чувства и чувствата на другите.

Основните компетентности, които трябва да се придобият, са:

- критично мислене
- развитие на писмената и устната реч
- решаване на проблеми
- работа в екипа
- активно гражданство

Ресурси

- Карти
- Картини
- Статии
- Цветни картони
- Цветни лепящи се листчета
- Маркери
- Компютри/таблети

Подготовка

Учителят трябва да подготви картите, които ще използва, за да раздели учениците на три групи. Той/тя трябва да избере три пощенски картички/рисушки и да ги нареже на големи парчета, в зависимост от броя на учениците, който иска да има във всяка група.

Той/тя също така трябва да подготви статиите, картинките, картоните, които учениците ще използват по време на своите дейности.

Загрявка

Учителят обяснява начина, по който учениците ще бъдат разделени на групи. Той/тя моли



учениците да застанат в кръг; хвърля парчетата от картичките/рисунките и моли учениците да изберат една. След това учениците трябва да намерят другите, така че техните парчета да оформят една картичка/рисунка.

Всяка група ще се занимава с различна дейност, свързана с различни ценности:

Група 1: Социална справедливост - честност

Група 2: Емпатия-чувство за отговорност

Група 3: Самочувствие - грижа

Дейности

Работа по групи

Първоначално учителят поздравява учениците и им обяснява, че днес те ще си сътрудничат и ще участват в различни дейности.

Група 1: Социална справедливост и честност

**"Няма нищо по-неравностойно от равното третиране на неравностойни хора", Аристотел.
Световен ден на социалната справедливост: 20 февруари**

Учителят предоставя на групата:

- скорошни статии, които се отнасят до новини за случаи на несправедливост в тяхната страна (за възраст 11-14 години), и снимки на случаи на несправедливост в тяхната страна (за възраст 8-11 години),
- снимката на статуята на Юстиция,
- картината на равенството/справедливостта,
- картината на държащите се за ръце.

Учителят моли учениците да проучат всички гореизброени теми и да направят презентация, отнасяща се до тях:

- Какво е социална справедливост и несправедливост;
- Какво е справедливост/несправедливост,
- Има ли случаи на несправедливост в тяхната страна? Какви са причините за това?
- Как социалната справедливост е свързана с правата на човека?
- Какво се случва, когато преобладава несправедливостта?
- Какви са последиците за хората и обществата?

Всички горепосочени въпроси трябва да бъдат свързани със статиите и дадените снимки. Резултатите трябва да бъдат представени пред целия клас по време на следващия урок.

Група 2: Емпатия-чувство за отговорност

Учителят дава на учениците от групата думите "Емпатия" и "Отговорност", изписани с големи букви на лист хартия А4, и ги моли първо да напишат определенията на думите, а след това да измислят 1-2 примера за обикновени случки от ежедневието, които се отнасят до тези ценности. Учителят се уверява, че ги улеснява/напътства, ако е необходимо.



Когато са готови, учителят им дава примерите, които е подготвил (написани на цветни картончета), и ги насочва да работят по следния начин:

Пример 1

Един ученик е тормозен в училищния двор. Някои други ученици го бутат и му се подиграват заради дрехите и очилата му. Вие сте свидетел на този инцидент. Помислете за следното:

- Как се чувства ученикът? Опитайте да се поставите на негово място.
- Какво можете да направите, за да покажете съпричастност? Какви думи можете да използвате, за да покажете това? Какви стъпки следвате?
- Каква е цялостната ви реакция?
- Предприемате ли действия, за да му/й помогнете? Докладвате ли за инцидента?

Пример 2

Най-добрият ви приятел не успява да влезе във футболния/баскетболния/волейболния отбор на училището. Вие обаче сте успели да влезете в отбора. Помислете за следното:

- Как се чувства вашият приятел и как се чувствате вие?
- Какво можете да направите, за да покажете съпричастност? Какви думи можете да използвате, за да покажете това? Какви стъпки следвате?
- Какво решавате да направите, за да го накарате да се почувства добре, тъй като той/тя ще ви гледа как играете до края на годината?

Пример 3

В средата на годината в класната стая дойде един нов ученик. Той/тя току-що се е преместил/а във вашия град, защото родителите му/й са си намерили нова работа. Още от първия ден той/тя заяви, че не иска да сменя града или училището, и по цял ден седи сам/сама в класната стая или през почивките, съсредоточен/а в телефона си. Помислете за следното:

- Как се чувства той/тя?
- От какво мислите, че се нуждае?
- Какво можете да направите, за да покажете съпричастност? Какви стъпки следвате?
- Предприемате действия сами или с приятелската си групата?

Учителят не забравя да даде на учениците цветни лепящи се листчета, за да записват върху тях мислите си. Резултатите трябва да бъдат представени пред целия клас по време на следващия урок.

Група 3: Самочувствие - грижа

Учителят дава на всеки ученик от групата парче цветен картон (всички в един и същи цвят) с три колони: положителни характеристики/отрицателни характеристики/целите ми за бъдещето. Всеки ученик трябва да напише 4 положителни/4 отрицателни характеристики за себе си и целите, които си поставя за в бъдеще. Когато учениците приключат, те поставят разбъркано картончетата си в средата на кръга всеки взема и прочита по едно картонче. Останалите ученици трябва да познаят кое картонче за кой ученик се отнася.



След това, използвайки компютри или таблети, учениците трябва да потърсят и намерят информация за хора, които са успели в живота и са постигнали целите си благодарение на самоуважението си и грижата за себе си.

След това учениците трябва да представят пред целия клас по време на следващия урок историите, които са намерили за тези хора.

Учебно преживяване 25:

Социалната справедливост-Честност/Емпатия-Чувство за отговорност/Самочувствие-Грижа накратко

Възраст на учениците

8-11 и 11-14+

Продължителност

1 X 80 минути

Учебна цел

Планът на урока има за цел да:

- насърчава и възпитава у учениците основните ценности: социална справедливост - честност, емпатия - отговорност, самочувствие - грижа.
- Насърчава сътрудничеството
- Помогне на учениците да разпознават собствените си чувства и тези на другите
- Насърчаване на самочувствието на децата и способността им да се представят пред публика.

Основните умения, които трябва да се придобият, са:

- критично мислене
- развитие на писмената и устната реч
- решаване на проблеми
- работа по групи
- активно гражданство
- самочувствие

Дейности

Представяне на груповата работа

Трите групи представят работата си пред класа, като учителят е фасилитатор по време на целия процес.

Група 1: Социална справедливост - честност

Група 2: Емпатия-чувство за отговорност

Група 3: Самочувствие - Грижа



След като всички групи представят работата си, следва дискусия за това по какъв начин тези основни ценности могат да бъдат насърчавани и култивирани в ежедневието на общността?

ПЕДАГОГИЧЕСКА ТЕМА

Как да научим учениците да общуват и да разрешават конфликти

Общо описание на темата

Конфликтът е несъгласие или проблем, който възниква между двама или повече души. Той може да се случи на всеки - от най-добри приятели до врагове.

Разрешаването на конфликти е важно умение, което учениците трябва да усвоят и което им е от полза както в класната стая, така и в ежедневието. Децата не само ще използват разрешаването на конфликти в класната стая, но и ще продължат да използват тези умения, докато растат. Уменията за разрешаване на конфликти, които усвояват в началното училище, ще им помагат да решават проблеми като възрастни. И така, как да преподаваме разрешаване на конфликти в класната стая?

Чрез следните учебни дейности учениците усвояват социално-емоционални умения, като наблюдават, практикуват и в крайна сметка усвояват дадени поведения за себе си. По-конкретно, когато има проблем, е важно да го решаваме по мирен начин, като разбираме и двете страни на ситуацията. Това е разрешаване на конфликти или мирно решаване на проблеми.

Разрешаването на конфликти е важно умение както в класната стая, така и в живота, за да се предотврати тормозът. Като помагаме на нашите ученици да практикуват и възприемат здравословни начини за решаване на междуличностни проблеми, ние им помагаме да успеят и в други области на образованието и живота си.

Научаването на това как да се справяме с разногласията и конфликтите е важна част от социално-емоционалното обучение. Социалните умения като сътрудничество, съпричастност и самоконтрол са неразделна част от емоционалното развитие и разрешаването на конфликти.

Следните учебни преживявания, включващи забавни дейности и игри в класната стая, могат да помогнат за преподаването на основни умения за разрешаване на конфликти и социално-емоционални умения на учениците.



Груповите дейности като ролевите игри помагат на децата да разберат различните гледни точки. Когато са поставени в ситуация, с която не са свикнали, учениците се учат на съпричастност и се упражняват да обмислят гледните точки на другите хора.

Целта на обучението е да се открият стратегии, които могат да помогнат за създаването на мирна и конструктивна класна стая. Когато учениците се сблъскват с конфликти на всякакво ниво, целта е не просто да се сложи край на спора, а да се използва ситуацията, за да се помогне на учениците да се развиват и да се научат как да разрешават конфликти, също и за да се предотвратят епизоди на тормоз.

КЛЮЧОВИ ДУМИ: Здравословни групи и взаимоотношения, тормоз, отговорности, решаване на конфликти, проблеми и решения, управление на емоциите, емпатия, сътрудничество, отношения с другите; споделена отговорност и взаимна грижа

Учебно преживяване 26:

Здрави групи и взаимоотношения

Възраст на учениците

8-11 и 11-14+

Продължителност

80 минути

Учебни цели

В края на тази тема учениците ще могат да:

- да определят характеристиките на здравословните групи и взаимоотношения
- да обяснят какво би било да си в здравословна група или отношения.
- Идентифицират кога едни отношения са здравословни или не
- Обмислят последиците от опасни действия

Компетентности

- Критично мислене
- Самоуправление
- Свързване с околните
- Участие и принос
- определяне на качествата на взаимоотношенията, които водят до чувство за благополучие.
- осъзнаване на необходимостта от споделена отговорност и взаимна грижа в рамките на класа.
- развиване на грижа и загриженост за другите.



Ресурси

- Карти с качествата
- Карти с термините "здравословен" и "нездравословен"
- Картони с Вен диаграма за всяка група
- Лепило

Подготовка

Учителят трябва да подготви картите с качествата и термините „здравословно“ и „нездравословно“. Думите върху картите могат да бъдат:

тайна, честност, почтеност, конфиденциалност, съдя, ревност, шега, злоупотреба, жестокост, дразнене, насърчаване, уважение, манипулиране, грижа, властен, чувствителен, нахален, отмъстителен, пасивен, гневен, неактивен, агресивен, оптимистичен, дистанциран, мотивиран, приемане, отхвърляне, активен, приобщаващ, агресивен, напорист, лоялен, сътруднически, приветлив, обсебващ, целеустремен, властен, миролюбив, егоистичен, оттеглен, екстровеертен, интровертен, песимистичен, доминиращ, срамежлив, злобен, прекъсващ, споделящ, категоричен, изслушващ, подкрепящ, арогантен

Дейности

Дейност 1: Мозъчна атака

Учителят написва на дъската термините **здравословен** и **нездравословен** и ги обсъжда, за да види как учениците тълкуват тези термини. След това той/тя пита учениците:

"Какво характеризира здравата връзка?"

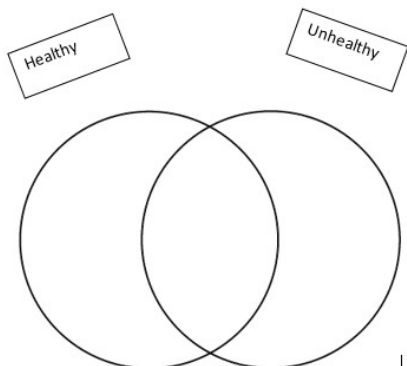
"Какво прави една връзка нездравословна?"

След това учениците правят мозъчна атака на думи и фрази, свързани със "здрави" и "нездрави" взаимоотношения или групи (включително взаимоотношения и групи в интернет). Учителят записва думите от мозъчната атака на дъската.

Дейност 2: Групова работа с Вен диаграми

Учителят разделя учениците на групи. Той може да даде например число от 1 до 5 на всеки ученик (ако иска да раздели класа на 5 групи) и всички единици да създадат група, всички двойки - друга група и т.н. На всяка група се дава комплект карти с думи, които се отнасят до качествата, и картон с диаграмата на Вен. Учителят моли учениците да залепят думите в диаграмата на Вен. Качествата на здравата група в първия кръг, думите, които характеризират нездравите групи във втория кръг, и думите, които могат да характеризират както здравите, така и нездравите групи в пресечната точка на кръговете.

Здравословно/нездравословно



След това една от групите представя думите, които характеризират здравословните взаимоотношения, а другите групи могат да изразят своето съгласие или несъгласие. Друга група представя думите в пресечната точка, а трета група - думите, които характеризират нездравословните взаимоотношения.

Дейност 3: Сценарий

Учителят представя следния сценарий:

“Един от вашите приятели ви моли да откраднете банкнота от 10 евро от портфейла на ваш съученик.

Този съученик седи до вас и вие лесно можете да вземете банкнотата, без никой да я забележи. Приятелят ви предлага да използвате парите, за да купите шоколадови бонбони от училищната лафка за двама ви.“

Въз основа на сценария учителят пита:

"Какво точно иска от вас вашият приятел?"

"Какво може да се случи, ако кажете ДА/НЕ?"

"Последствията за вас добри или лоши ще бъдат? По какъв начин?"

"Здравословна или нездравословна са тези отношения?"

"Бихте ли помислили да прекратите тези отношения, или не? Защо?"

Учителят обсъжда с учениците, че те трябва да мислят критично за това, което приятелите им искат от тях, и да кажат „не“, ако не са съгласни. Понякога се налага да убеждават приятелите си да не правят нещо вредно или опасно.

Връзка с общността

Учителят пита: "Какво би означавало да функционираш по здравословен начин в ежедневието? (в класната стая и в групите за извънкласни дейности)" и приканва учениците да разкажат за здравословни взаимоотношения и групи със семейството и приятелите си.



Учебно преживяване 27:

Инструменти за разрешаване на конфликти

Възраст на учениците

8-11 и 11-14+

Продължителност

80 минути

Учебна цел

Планът на урока има за цел да помогне на учениците:

- Да управляват гнева си и след това да действат
- Да разрешават конфликти, използвайки специфични инструменти
- Да мислят за възможни решения на проблемите

Компетентности

Основните умения, които трябва да се придобият, са:

- Активно гражданство
- Критично мислене
- Решаване на проблеми
- Управление на гнева

Ресурси

- Хартия за създаване на колело на избора
- Готово колело на избора
- Лист за копиране - светофари

Подготовка

Загрявка:

Учителят моли учениците да се разделят на две редици, които да застанат една срещу друга. Всеки ученик застава срещу друг ученик от другата редица. Те разполагат с 20", за да отговорят на всеки въпрос, зададен от учителя, на човека пред тях. Всички ученици отговарят на въпросите едновременно. Със сигнал на учителя те се преместват с една позиция надясно. Когато стигнат до края на редицата, те отиват на противоположната редица.

Въпросите на учителя могат да бъдат следните (може да променят въпросите):

- Направи комплимент на човека срещу теб.
- Планина или море и защо?
- Ако не бях тук сега, би ми се искало да съм...
- Любимата ми храна е...
- Смя се в училище, когато....
- Колко шоколад ям на ден?
- Котки или кучета?



- Оправям си леглото всеки ден.
- Искан ми се всички да....
- Ако бях на самотен остров, бих искал да имам с мен...

Дейности

Първоначално учителят поздравява учениците си и им обяснява, че днес ще участват в дейности, които ще им помогнат да разрешат конфликтите си.

Дейност 1

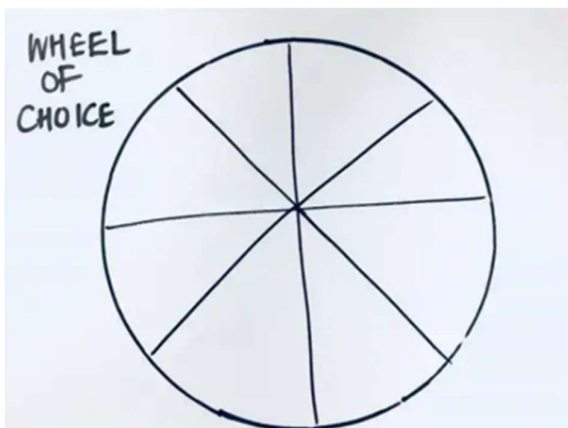
Колело на избора

Учителят моли учениците да направят мозъчна атака за думата конфликт. Кои са двете думи, които първо идват в съзнанието на учениците, когато чуят думата "конфликт"?

След мозъчната атака учениците обсъждат и се опитват да измислят определение на думата "конфликт".

След това измислят идеи за това как могат да реагират в случаи на гняв и конфликт. Какви са техните възможности?

Всяко дете рисува кръг, разделя го на четири или повече части и пише своите възможности - какво може да направи в случай на гняв и конфликт? По този начин всяко дете създава своето колело на избор.



Идея за допълнителна дейност:

Учениците могат да нарисуват своето колело и да поставят стрелка в центъра, за да завъртят колелото и да решат какво действие да предприемат всеки път, когато имат конфликт или се ядосат. Всеки ученик може да има своето колело на бюрото и да го използва, когато е необходимо.

Могат да се използват и готови колела, като това по-долу. Учителят може да окачи колелото в класа за бъдещо справяне.

Wheel of Choice



Колело на избора: кажи „съжалявам“, говори за чувствата си, брой до 10 и се успокой, кажи „стоп“, избери друга дейност, отиди някъде другаде, игнорирай човека, споделяй и се редувай

(Източник: <https://www.teacherspayteachers.com/Product/Wheel-of-Choice-in-English-and-Spanish-1179663>)

Дейност 2 Светофар

След това учителят представя друг инструмент - "Светофар", който учениците могат да използват в случай на конфликт. Той/тя обяснява, че всеки път, когато възникне конфликт, те могат да действат като светофарите.

В червено те СПИРАТ

при жълт цвят - МИСЛЯТ

в зелено - ПРОДЪЛЖАВАТ

Когато СПИРАМ:

Мога да вдишвам дълбоко и да издишвам бавно.

Мога да броя бавно от 10 до 0.

Мога да отида някъде другаде.

Мога да си припомня приятна картина.

След това МИСЛЯ и изброявам възможните решения (поне 3-4), като имам предвид възможността за решаване на проблема или възможните последици.

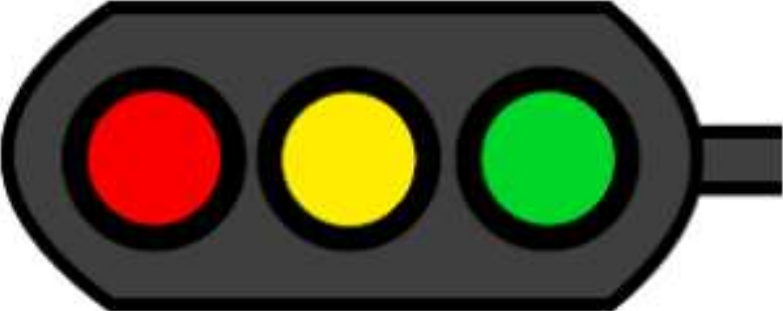
Накрая избирам най-доброто решение и ПРОДЪЛЖАВАМ, като го прилагам.

Учителят представя на учениците следния сценарий. "Ваш съученик е взел молива/писалката ви от несесера, без да ви попита." Учителят може да даде сценарии, които са по-подходящи за неговия/нейния клас, и да помоли учениците да следват стъпките на ИНСТРУМЕНТА „СВЕТОФАР“.

ИНСТРУМЕНТ „СВЕТОФАР“

TRAFFIC LIGHTS

CONFLICT RESOLUTION TOOL



RED - STOP

I can take deep breaths and exhale slowly.
I can count slowly from 10 to 0.
I can go somewhere else.
I can bring to mind a pleasant image.

ORANGE - THING

THINGS and list possible solutions (at least 3-4), having in mind the possibility to solve the problem or possible consequences.

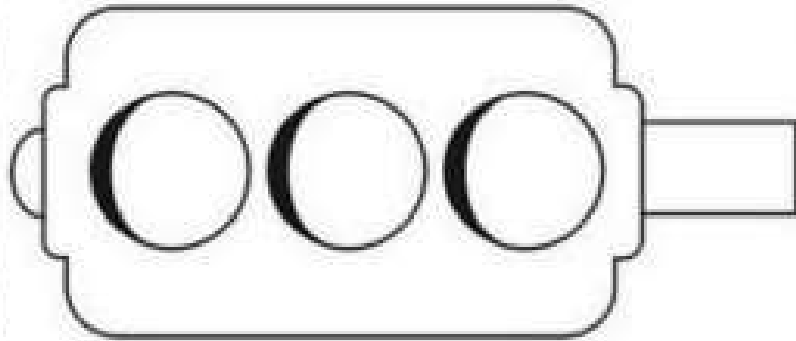
GREEN - GO ON

Choose the best solution and GO ON, by implementing it.

TRAFFIC LIGHTS

CONFLICT RESOLUTION TOOL

PROBLEM: _____



STOP:

THING SOLUTIONS:

GO ON:

NAME: _____



Учебно преживяване 28:

Чувства, свързани с тормоза: как да разрешаваме конфликти

Възраст на учениците:

8-11 и 11-14+

Продължителност

40 минути

Учебни цели

- Учениците да разпознават, изразяват и управляват своите емоции
- Да развие емпатията на учениците
- Учениците да осъзнаят, че всеки има роля в превенцията на тормоза
- Да насърчи сътрудничеството
- Да намерят начини да подкрепят жертвите на тормоз

Компетентности

- Свързване с околните
- Разпознаване на нуждата от споделена отговорност и взаимна грижа в класа;
- Развиване на грижата и загрижеността за другите и създаване на чувство за социална справедливост;
- Развиване на уменията за решаване на проблеми и критични мислене;
- Работа по групи

Ресурси

Лист за копиране: **комикси** (вж. по-долу)

Подготовка

Първоначално учителят поздравява учениците си и им обяснява, че днес ще имат възможност да подчертаят, че тормозът може да бъде предотвратен от всеки и че е много важно да се грижим за съучениците си, особено за тези, които страдат от него.

След това учителят обяснява, че дейността може да бъде интересна, защото всеки може да предприеме действия, за да промени нещата.



Дейности

Дейност 1:

Учениците работят в малки групи за тази дейност: групите могат да бъдат съставени от 3 или 4 ученици. След това учителят дава на всяка група по един от комиксите. Учителят ще избере комикси, които са по-подходящи за класа и за възрастта на учениците. Той/тя може да даде един и същ комикс на всички групи или различни за всяка група.

Приложените карикатури (взети от Bullying-Free NZ от Bullying Prevention Advisory Group (BPAG), 2018 г.) са примери, които могат да се използват, но учителят може да нарисова и собствена такива.

Дейност 2:

Учителят моли всяка група да обмисли сцената от комикса и да разбере какво се случва. След това всяка група ще разкаже за това, което се случва, т.е. за своята интерпретация и обяснение на сцената.

Дейност 3:

Учителят моли всяка група да попълни празните балончета, за да покаже как според тях се чувстват героите. Освен това учителят моли да напишат в 5/10 реда (дори повече, това зависи от възрастта на учениците) някои подходящи действия, които героите в сцената, различни от жертвата, могат да направят, за да спрат тормоза.

Дейност 4:

Сега всяка група говори пред другите, като обяснява какво е написала в балончето и в краткото описание. Със съдействието на учителите учениците трябва да наблегнат на това защо са написали именно това.

Много е важно учителите, които модерират дискусиата, да подчертаят, че за жертвата е много трудно да направи каквото и да било, за да спре тормоза, освен да каже на някого за това и да поиска помощ.

Дейност за свързване с общността

Около тормоза често съществува култура на мълчание. Много млади хора, които са подложени на тормоз, никога не казват на никого. Поради тази причина общността е от значение и това упражнение иска да докаже, че да се говори за тормоз в общността, може да доведе до промяна. Освен това посланията за превенция на тормоза вероятно ще бъдат по-ефективни, ако идват от много възрастни в общността - не само от учители, възпитатели и родители.

Листове за копиране: Комикси

Какво биха могли да направят тези ученици, за да спрат тормоза?



What could these people do to stop the bullying?

Какво биха могли да направят тези ученици, за да спрат тормоза?



What could these people do to stop the bullying?

Какво биха могли да направят тези ученици, за да спрат тормоза?



What could these people do to stop the bullying?

Какво биха могли да направят тези ученици, за да спрат тормоза?



What could these people do to stop the bullying?



Учебно преживяване 29:

Когато отношенията се объркат

Възраст на учениците:

8-11

11-14

Продължителност

80 минути

Учебни цели

- Насърчаване на учениците да определят поведението, което според тях е приемливо или неприемливо.
- Учениците да разпознават, изразяват и управляват своите емоции.
- Да развие емпатията на учениците

Компетентности

- Свързване с околните;
- Участие и принос;
- Разпознаване на качествата на отношенията;
- Развиване и разпознаване на нуждата за споделена отговорност и взаимна грижа в класа;
- Развиване на грижата и загрижеността за другите и създаване на усещане за социална справедливост

Ресурси

Лист за копиране: „Какво е добро и лошо в отношенията“

Подготовка

Първоначално учителят обяснява на учениците, че днес ще имат възможност да разберат по-добре как да се отнасят с другите и какво е добро или лошо в отношенията.

След това учителят обяснява, че дейността може да бъде интересна, защото всеки може да предприеме действия, за да развие грижа и загриженост за другите и да създаде чувство за споделена отговорност, като идентифицира положителните и отрицателните елементи на "останете заедно".



Дейности

Дейност 1

Учениците работят в малки групи за тази дейност: групите могат да бъдат съставени от 3 или 4 ученици. След това учителят дава на всяка група лист за копиране: "Какво е доброто и лошото във взаимоотношенията".

Първият може да се използва за всички възрасти на учениците, докато вторият трябва да се използва само за учениците на възраст 11-14 години.

Учителят може също така да добавя или премахва ситуации, които може да сметне за подходящи за класа.

Дейност 2

Учителят моли всяка група да обмисли различните ситуации, да ги обсъди и да реши дали всяка от тях е приемливо, или неприемливо поведение.

Дейност 3

След като споделят идеите си, учениците ще трябва да представят докладите пред другите.

Дейност 4

Сега всяка група говори пред останалите, като обяснява защо е определила всяка ситуация като приемлива или неприемлива. Започва процес на конфронтация, подпомаган от учителя. Например, след всяка ситуация учителят може да попита:

Имаше ли някаква допълнителна информация, която бихте искали да знаете, за да ви помогне да вземете решение?

Защо хората се държат по този начин?

Какво би могло да бъде вашето поведение в подобна ситуация?

Връзка с общността

Хората са създадени, за да живеят и работят с други хора в общност, в която можем да се развиваме. Ние сме социални същества, които са еволюирали, за да съществуват в общности.

Качеството на една общност често се определя от степента на ангажираност и щастието, което хората могат да извлекат от взаимодействията в нея. За съжаление обаче някои общности насърчават чувството за неувереност в себе си и изолацията.

Позитивните общности са групи, които вдъхновяват своите членове по начини, които насърчават чувството за себепознание и групова връзка, насърчават членовете да изразяват своите убеждения и ценности и да изграждат взаимоотношения с другите.

Това упражнение ще помогне на нашите ученици да изградят здрави, свободни от тормоз и обогатяващи живота взаимоотношения.

Положителният опит с общностите позволява на хората да се чувстват по-свързани със средата и хората в нея. Освен това връзката, която идва от участието в дадена общност, може да



действа като система за подкрепа на членовете, когато те се нуждаят от помощ, особено при прояви на тормоз и/или кибертормоз.

Лист за копиране: “Какво е добро и лошо във взаимоотношенията”

Разгледайте всяка ситуация. Преценете дали това е приемливо, или неприемливо поведение и отбележете съответната колона.

За всички ученици (на възраст 8-11 и 11-14)

СИТУАЦИЯ	ПРИЕМЛИВО	НЕПРИЕМЛИВО
Учителят нарежда на учениците да изнесат боклука от класната стая.		
Томас е много активен съученик и говори много. Често говори извън реда си, защото знае повече неща от съучениците си.		
По-популярната група от моя клас винаги мами и често използва мобилните си телефони, за да си пишат съобщения, също и по време на часовете.		
Марк винаги говори за другите ученици зад гърба им и често разпространява слухове за тях.		
Алис е много особена моя съученичка: тя не слуша, когато съучениците ѝ говорят, и често остава сама по време на почивките в клас.		
Том и Питър осмиват или обиждат други ученици и се подиграват с техния външен вид или поведение.		
Често се обръщам за помощ към съучениците си, но когато помоля Мария да ми помогне, тя е по-малко склонна да го направи, защото не иска да споделя материалите и домашните си.		
Антъни винаги копира работата ми, без да иска разрешението ми. Винаги му давам тетрадката си, иначе се страхувам да не ме изключи от групата на съучениците: Антъни е много популярен в моя клас!		
Децата в класа наричат Анджи "кокос"		
Андреа винаги е любезна с другите, тя е добър слушател		
Джак е наричан с обидни имена. Той веднага говори с мен и аз му предложих да отиде при учителя.		



В моя клас мога да играя и да работя добре със съучениците си, да споделям и да се редувам.		
Адам винаги поздравява учителите, както и останалите служители в училището.		
Когато взимате или давате назаем вещи, се уверете, че се грижите за тях и ги връщате в добро състояние, както и че ги връщате възможно най-скоро.		

Само за ученици на възраст 11-14

СИТУАЦИЯ	ПРИЕМЛИВО	НЕПРИЕМЛИВО
След като излизат в продължение на пет месеца, момиче казва на приятеля си, че всичко е приключило.		
Когато връзката се разпадне, един от двамата партньори публикува обидни и неверни коментари в социалните мрежи.		
Анна има профил във Facebook, Instagram и Snapchat. Тя споделя снимки, забавни видеоклипове, коментира публикациите на приятелите си. След неотдашните скандали с изтичане на лични данни тя сменя всичките си пароли, преглежда настройките за поверителност, изтрива телефонния си номер и започва да мисли повече за това какво споделя.		
Непознато момиче на име Джулия изпраща съобщение в Instagram на Анна. По-късно тя се извинява, че е искала да се свърже с друга Анна. Въпреки това тя предлага да станат приятелки, тъй като би искала да се запознае с нови хора. Анна смята, че това е добра идея и няма риск да приеме поканата за приятелство.		
Съучениците на Анна често се подиграват на едно от момчетата в класа. Един ден Анна получава съобщение със снимки и видеоклипове, които се подиграват на момчето. Изпращачите я молят да го препрати на други приятели. Анна отказва искането. Следващата седмица тя решава да поговори за ситуацията с учителя. Мария се среща с Джоузеф. Те са влюбени, правят всичко заедно. Един ден Джоузеф предлага да разменят паролите си за социалните мрежи като израз на любов и доверие.		



Един приятел винаги решава какво ще прави групата през уикенда.		
Бен е много добър в разрешаването на конфликти в класа, като често прибегва до сбивания.		
Карл се представя за Мириам и изпраща зловни съобщения на другите от нейно име чрез фалшив акаунт.		
Джак е наричан с обидни имена. Той веднага говори с мен и аз му предложих да отиде при учителя.		

ПЕДАГОГИЧЕСКА ТЕМА

Емпатия – управление на емоциите като меко умение / Връзка с житейските умения

Общо представяне на темата

През целия си живот всеки човек изпитва различни емоции - приятни или неприятни. Децата, както и възрастните, изпитват интензивни, приятни и неприятни емоции, въпреки че в ранна възраст нямат необходимите умения да се справят с трудностите.

Frijda (1986, 2007) определя емоцията като всичко, което човек изпитва, когато оценява дадено събитие, и което обикновено е придружено от поведенчески или физически промени. В зависимост от чувствата си в дадения момент човек е готов да действа, за да установи, поддържа или прекрати връзката със средата.

Деца в училищна възраст са в състояние да разберат сложността на емоциите, да осъзнаят, че различни ситуации или аспекти на една и съща ситуация могат да предизвикат у тях приятни или неприятни чувства, както и че емоциите им не зависят само от настоящата ситуация, а са повлияни и от мисли, чувства и очаквания от миналото (Gnepp, 1989 в Hadjichristou et al., 2013).

Освен това те осъзнават, че в дадена ситуация емоциите могат да варират в зависимост от резултата, че различните деца могат да имат различни емоции в една и съща ситуация и че емоциите могат да варират в зависимост от времето, в което се появяват (Gnepp & Klayman, 1992 в Chatzichristou et al., 2013).

Според изследвания и данни от международната литература емоциите, които децата изпитват в училищна възраст, са тясно свързани с процеса на учене. Удоволствието, което идва от ученето, скуката, която учениците изпитват в класната стая по време на преподаването, техният гняв, разочарование или отчаяние, когато трябва да изпълняват трудни задачи, са някои примери за емоции, които възникват в процеса на учене. Също така емоции като надежда, тревога и песимизъм са свързани с резултата от усилията на учениците. (Chatzichristou Ch., Et al., 2013).



Много деца обаче изпитват емоции, които се пораждат, когато се сблъскат с непредсказуеми ситуации и преживявания, които често ги карат да се чувстват безпомощни.

Според данни от изследвания, когато училищните общности наблягат на насърчаването на социалните и емоционалните умения на децата, се наблюдава подобряване на академичните постижения на учениците, намаляване на поведенческите проблеми, повишаване на способността за създаване и поддържане на здрави и близки междуличностни отношения, както и за решаване на проблеми и вземане на решения (Elias et al., 1997; Zins, Weissberg, Wang, & Walberg, 2004 в Hadjichristou et al., 2013).

Разбирането на емоциите е неразривно свързано с развитието на емпатията.

Емпатията е способността да се разбират и споделят емоциите, мислите и поведението в ситуация, която изисква емоционално участие (Malikiosis - Loizou, 2003).

Според Грийнбърг и Елиът емпатията е отношение и се демонстрира чрез поведението на човека към другия, като той се опитва да работи във вътрешната референтна рамка на събеседника си и да остане в емпатичен контакт и с неговия вътрешен свят (Грийнбърг и Елиът, 1997 г.).

Концепцията за емпатията е свързана, но представлява само една част от това, което наричаме "емоционална интелигентност" (Goleman, 1995). Емпатията сама по себе си не може да доведе до промени в начина, по който човек мисли и се държи. За емоционално ангажираните хора ние се насочваме към 5 области, една от които е емпатията. Емоционално ангажираните хора трябва да са самоосъзнати, т.е. да осъзнават своите емоции чрез непрекъсната самооценка на това какво чувстват, кога и защо. Те трябва да притежават самоконтрол, самодисциплина, надеждност и съвестност. Те трябва да демонстрират мотивация за постигане на целите, ангажираност и инициативност. И, разбира се, трябва да притежават съответните социални умения, умения за общуване, сътрудничество и работа в екип. Така осъзнаваме, че на това ниво ние не просто говорим, а реагираме на събеседника си по начин, по който се развива взаимно разбиране и доверие. Емпатията е пряко свързана с разбирането на емоциите на събеседника.

С няколко думи, в контекста на емпатията ние сме призовани да се държим с другите така, както те биха се държали със себе си (Stergiou - Baros, 2003).

Емпатията осигурява съществени и необходими условия за:

- Изграждане на доверие и уважение
- Изразяване на емоциите
- Намаляване на интензивността
- Обмен на информация
- Създаване на безопасна среда, която благоприятства решаването на проблеми
- Развиване на толерантност към различните

Наличието на емпатия улеснява емоционалното поведение и възпрепятства антисоциалното поведение на хората (Jolliffe & Farrington, 2006; López-Pérez et al., 2017). Последните данни потвърждават, че емпатията влияе върху нивата на агресивно поведение и тормоз (op. cit. in Saroundzakis, 2018), а редица емпирични изследвания демонстрират значението на



емпатията за проявлението на тормоза. Jolliffe и Farrington (2006 г.) стигат до заключението, че емпатията улеснява позитивното социално поведение и възпира антисоциалното поведение, докато Stavrinides, Georgiou и Theofanous (2010 г.), въз основа на резултатите от проведеното от тях изследване върху ученици от началното училище, потвърждават, че липсата на емпатия предизвиква агресия, докато наличието ѝ я ограничава. Подобни заключения, сочещи отрицателната връзка между емпатията и тормоза, са регистрирани и от Kokkinos & Kiprirsı (2012) в контекста на свързано изследване.

Според Jolliffe и Farrington (2006 г.) учениците, които тормозят другите, имат по-ниска емпатия и не се интересуват от чувствата на другите. За разлика от тях, учениците с висока емпатия са в състояние да споделят или да разберат негативната емоционална реакция на жертвите спрямо тяхното потенциално агресивно поведение, което намалява възможността за проява или продължаването му (López-Pérez et al., 2017 ; Mitsopoulou & Giovazolias, 2015; Jolliffe & Farrington, 2006 op. ref. in Sapundzakis, 2018). Освен това децата с развита емпатия са склонни да бъдат по-обичани от съучениците и учителите, а тази обич създава благоприятни условия за учене, следователно и по-добри резултати в училище (Goleman, 1997).

Ето защо е важно да се създадат подходящи и навременни образователни условия, за да се развие в достатъчна степен емпатичното поведение на учениците чрез целенасочени интервенции; това не само ще помогне за предотвратяване и лечение на тормоза в училище, но и ще насърчи цялостното развитие на учениците. Подобни усилия предполагат цялостен подход, който да включва всички участващи страни - педагози, ученици и родители, както и подкрепяща рамка с дългосрочно планиране и взаимни действия. Този холистичен подход може да допринесе за повишаване на емоционалния капацитет на учениците, за укрепване на самочувствието на уязвимите ученици и, в последствие, за предотвратяване на всякакви форми на насилие.

Предложената по-долу работилница използва структурните елементи на ученето чрез преживяване, като например (Triliva et al., 2008, Filippou, D. et al., 2010):

- кръга като безопасно място за срещи, общуване, сътрудничество, създаване на възможности за учене и обратна връзка,
- въвеждащи/загриващи дейности, за да се гарантира, че участниците са в контакт със себе си и със средата в настоящия момент, с дишането, емоциите, тялото, желанията и нуждите си, за да се улесни работата в групата, както и да се изгради климат на сигурност и доверие,
- дейностите, целящи откриване на творчески начини за подхождане и разбиране на проблемите, поява на несъзнавани мисли и чувства, самоосъзнаване, възприемане на нови начини на отношение и поведение и в крайна сметка развитие на екипа,
- рефлексия (индивидуална или групова) като динамичен процес на наблюдение на личния опит, който насърчава личностното израстване,
- последващи дейности, които включват въпроси за обратна връзка, вербални или невербални задачи, с цел да се подчертаят постиженията в обучението
- Групова координация, чиито основни характеристики са: подбор и организиране на подходящи дейности за класа; отсъствие на съсредоточаване върху учителя; активно,



ненатрапчиво слушане; обратна връзка от учениците; максимално използване на рефлексията за развиване на значим учебен опит.

КЛЮЧОВИ ДУМИ: емоции, меко умение, житейски умения, сигурна среда, емпатия

Учебно преживяване 30:

Активно слушане и комуникация

Възраст на учениците

8-11 и 11-14+

Продължителност

80 минути

Учебна цел

Планът на урока цели да помогне на учениците да:

- разберат, че комуникацията може да бъде както вербална, така и невербална.
- Идентифицират характеристиките на активното слушане
- станат активни слушатели и да общуват по-ефективно.

Компетентности

Основните умения, които трябва да се придобият, са:

- Работа по двойки
- Активно гражданство
- Критично мислене
- Развитие на вербалната и невербалната комуникация
- Решаване на проблеми
- Разказване на истории

Ресурси

- Карти със сценарии за ролята на слушателите
- Картон за написване на правилата
- Маркер

Подготовка

Учителят подготвя картите със сценариите за ролята на слушателите.

Загрявка

Учителят моли учениците да се подредят в редичка според размера на обувките си (от най-малкия до най-големия), без да говорят. Те разполагат с една минута, за да постигнат целта си. По време на цялата дейност не се допуска говорене.



Вариация: Да се подредят според месеца си на раждане или според ръста си.

След това учителят задава следните въпроси за размисъл:

- Процесът лесен ли беше, или труден?
- Кое го направи труден или какво ви помогна?
- По какъв начин комуникирахте?

По време на дискусиата се стига до заключението, че има и други начини на общуване: движението на тялото, изразяването, жестовете, контактът с очите, които са невербални начини на общуване и са много важни.

Дейности

Първоначално учителят поздравява учениците си и им обяснява, че днес ще участват в дейности, които ще им помогнат да общуват по-ефективно със съучениците си, с приятелите си, с родителите си, с учителите си в ежедневието си.

Дейност 1

Ролева игра

Два стола са поставени пред класната стая, един срещу друг. Един ученик заема мястото на говорител, сяда на единия стол и разказва как е прекарал уикенда си. На всеки от учениците се дават различни сценарии, като всеки от тях ще влезе в ролята на слушател, който ще седне на другия стол. Всеки слушател заема мястото си с лице към ученика, който разказва историята, и действа въз основа на сценария, който има.

Сценариите за слушателите могат да бъдат следните:

- Слушайте внимателно говорещия, но изобщо не го гледайте.
- Често поглеждайте към мобилния си телефон, за да покажете, че мислите за нещо друго, което ви притеснява.
- Слушайте внимателно какво казва говорещият, не спирайте да го гледате, показвайте интерес, като използвате подходящи мимики, и му задавайте въпроси, за да научите още повече! Това, което той/тя казва, е толкова интересно!
- Потърсете подходящия момент по време на разказа на говорещия, за да го прекъснете и да кажете нещо ваше.
- Попитайте друг слушател 2-3 пъти колко е часът.
- Слушайте внимателно какво казва говорещият, гледайте го постоянно, но оставете лицето си безизразно и не казвайте нищо.

Следва дискусия за размисъл:

- Как се чувствахте по време на разказа си?
- Кои са характеристиките на общуването, които ви накараха да почувствате, че другият човек присъства или отсъства?
- Кои са характеристиките на добрия и кои на лошия слушател?
- Как активното или неактивното слушане може да предизвика или да повлияе на конфликта?

Учениците обмислят какви правила трябва да спазваме, когато водим диалог, и какво трябва да избягваме да правим (записват се и се поставят на видно място в класа).



Дейност 2

Работа по двойки

Учениците правят два еднакви кръга. Учителят дава на всеки ученик число от едно до броя на членовете на кръга. След това учителят моли номер 1 от първия кръг да направи двойка с номер 1 от втория кръг, номер 2 от първия кръг да направи двойка с номер 2 от втория кръг и т.н.

След като двойките са сформирани, учителят моли учениците да говорят по зададената от него тема - "Един ден се почувствах уплашен", "Историята на най-любимата ми книга", "Най-любимото ми телевизионно предаване"...). Учениците спазват правилата, които са извели в предишната дейност. Ученикът, който говори, държи микрофон (като микрофон се използва молив или маркер) и когато свърши, го дава на другия ученик - слушателя, за да си разменят ролите. Ученикът, който няма микрофон, не може да говори, той/тя изчаква реда си.

Една двойка разиграва диалога пред останалите. Следва дискусия за това как е протекъл целият процес.

След това учениците са приканени да предложат начини как един човек може да се включи в разговора, който водят други двама души.

Следва моделиране, при което две деца разговарят помежду си, а трето се опитва да се включи в разговора им.

Учебно преживяване 31:

Пътешествие в света на емоциите

Възраст на учениците:

8-11 и 11-14+

Продължителност

80 минути

Учебна цел

- Да накара учениците да разпознават и изразяват своите емоции
- Учениците осъзнават емоциите, които изпитват в различни ситуации.
- Проучване на предварителните знания/представи на групата за емпатията
- Насърчаване на по-нататъшното осъзнаване и задълбочаване на емпатията като житейско умение и характеристика на емоционалната интелигентност.
- Да се повиши осведомеността за ролята на емпатията в общуването ни с другите и в живота ни.
- Насърчаване на учениците да поемат лична и колективна отговорност с цел подобряване на емоционалния климат в училищната и семейната среда.
- Усъвършенстване на психомоторните умения на учениците



Ресурси

Химикалки, маркери, пастели, листове А4 или А3, разноцветни картони, ролка хартия за презентации, компютър с достъп до интернет, цветен принтер

Компетентности

- Сътрудничество/съдействие
- Повишаване на емоционалната самоосъзнатост
- Разпознаване на емоциите на съучениците
- Решаване на проблеми и себerefлексия
- Споделяне на лични емоционални преживявания
- Разбиране, доверие, разбиране на другите
- Работа върху собствената емпатия

Дейности

"**Пътуване в света на емоциите**" е адаптация на предложената дейност, наречена "Тишината" в Filippou, D., Karandana P. (2010). Истории, за които да мечтаем. Игри, за да пораснем: Атина: Kastaniotis, стр. 219.

Дейност 1

"Дишане-Тишина-Усещане"

Очаквана продължителност 10-15 минути, в зависимост от познанията на учениците за подобни дейности, способността им да се концентрират, външните шумове и др.

Това е проста въвеждаща дейност, която дава възможност на учениците да се съсредоточат върху процеса на работа по нова тема, например "Емоции - емпатия".

Цел: Фокусиране върху "тук и сега" - Осъзнаване - Връзка с основната тема

Стъпка 1: Учителят приветства учениците, като пуска музика по свой избор. Напр.:)

Докато звучи музиката, учениците трябва да седнат в кръг с изправени гърбове, стъпили на земята, а ръцете им са свободно поставени на бедрата. Веднага щом заемат мястото си, музиката спира. Учителят може да каже: "Елате и влезте в нашия вълшебен кръг, ние седим с изправени..... Затваряме очи и се концентрираме за няколко минути върху звуците на околната среда".

Стъпка 2: След това учителят казва: "Сега нека обърнем внимание на себе си. Нека се свържем с дъха си. Наблюдаваме как дъхът ни влиза и излиза, без да се намесваме. Просто го следваме. Оставаме така за известно време. Вслушваме се в тишината, която съществува в нас. А сега нека помолим дъха си да ни разкрие нашето усещане тук и сега. Как се чувстваме в момента? Нека да останем така за няколко минути. Нека се върнем към дишането си. Бавно да отворим очите си. Да поговорим "

Въпроси за последващо осмисляне:

- Нека всеки, който иска, да сподели емоцията, която изпитва в този момент.
- Има ли нещо, което ви е било трудно и което бихте искали да споделите с нас?

Коментари



1. Учителят/фасилитаторът на семинара участва като равноправен член във всички етапи на дейността.
2. В съответствие с принципите на ученето чрез преживяване се поставя акцент върху необходимостта от доброволно изразяване на учениците в кръга, който се очаква да функционира като безопасно място за изразяване и участие на всички.

Дейност 2

"Азбука на емоциите"

Очаквана продължителност: 70-75 минути

Стъпка: Учителят казва на учениците да работят в групи от 4-6 души и ги моли да споделят определен брой букви от азбуката на своя език (например 24-те букви от гръцката азбука са разделени на 4 групи, както следва: 6 букви във всяка група), да си сътрудничат, за да открият и запишат емоции, започващи с всяка буква. Те също така са помолени да използват червени моливи за положителни и сиви моливи за отрицателни/трудни емоции. Всяка група решава да избере емоция, която играе важна роля в ежедневието им, и използва пантомима, замръзване, рисуване, музика и т.н., за да я представи на останалите групи.

В края на дейността групите ученици изготвят азбучна таблица на емоциите с две колони: положителни и отрицателни/трудни емоции. Предлага се таблицата да се постави на видно място в класната стая, тъй като учениците ще се позовават на нея по-късно.

(Очаквана продължителност: 20-25 минути)

Стъпка 2: Учителят прави 4 двойки хартиени кръгове със светли и тъмни цветове (напр. червено - сиво, светлосиньо - зелено и т.н.) и раздава на всеки ученик по една двойка и няколко молива/флумастери. Учениците записват своите положителни и отрицателни/трудни емоции. Те се приканват да напишат колкото се може повече фрази във всеки кръг, които показват положителни и отрицателни / трудни емоции, като винаги започват по следния начин: "Чувствам радост, когато.... Чувствам отчаяние, когато.... Чувствам тревога, когато... "

В тази дейност те се насърчават да използват таблицата с емоции, изготвена в предишната дейност.

(Очаквана продължителност: 5 минути)

Стъпка 3: След това учениците трябва да намерят своята група, като търсят съучениците си, които имат еднакви по цвят двойки хартиени кръгчета. Всеки член на групата е помолен да избере/отбележи една от фразите, които е записал за всеки вид емоция, и да сподели важно лично преживяване, което е свързано със ситуацията, пораждаща конкретната положителна и отрицателна емоция. Останалите членове на групата задават въпроси или коментират това, което са чули, нещо, което им е харесало, или нещо, което смятат, че е свързано с техните собствени преживявания.

(Очаквана продължителност: 15 минути)

Стъпка 4: След края на дейността следва допълнително разработване и обмисляне с всички членове на групата. Учениците застават в кръг, влизат в центъра един след друг и прочитат - без коментар - от записките си върху хартиените кръгове фразите за положителни и отрицателни емоции, като приключват индивидуалното си представяне с думата, която отразява емоцията, която този път изпитват по-интензивно. Всеки взема думата в момента, в който иска, веднага след като приключи предишната презентация. Емоционалната мозайка/килимът на класната стая току-що е създаден. Така се дава възможност учениците да



се запознаят с различни аспекти на съучениците си и да се свържат с тях чрез споделени преживявания или общи емоционални реакции на сходни ситуации. Работилницата ще премине от "чувам как се чувстваш" към "разбирам, интересува ме как се чувстваш".

(Очаквана продължителност: 10 минути)

Стъпка 5: Следващите въпроси за размисъл играят важна роля за постигане на целите на дейността, след като учениците се върнат на мястото си.

Учителят/фасилитаторът може да каже: "Усетих повече от всякога, че се "вслушвахте" внимателно в чувствата на другия. Нека сега всички да използваме знанията и опита си, за да видим какво сме научили от този процес, какво отнасяме със себе си днес. "

Примерни въпроси за размисъл:

- Какви чувства изпита всеки от вас?
- В кои ситуации вие и вашите съученици сте се чувствали по подобен начин? Какво означава това за вас?
- Забелязали ли сте някаква повторемост в комбинациите между събитието/ситуацията и предизвиканата емоция? Помага ли ви това по някакъв начин?
- Какво научихте за себе си и за чувствата си от това упражнение?
- Какво е усещането да споделите чувствата си?
- Как бихте могли да използвате наученото извън класната стая?

(Очаквана продължителност: 15 минути)

Учебно преживяване 32:

Аз чувствам – Аз разбирам – Аз съжителствам

Възраст на учениците:

11-14+

Продължителност

150-180 минути

Учебна цел

- Да накара учениците да разпознават и изразяват своите емоции
- Осъзнаване от учениците на емоциите, които изпитват в различни ситуации.
- Проучване на предварителните знания/представи на групата за емпатията
- Насърчаване на по-нататъшното осъзнаване и задълбочаване на емпатията като житейско умение и характеристика на емоционалната интелигентност.
- Да се повиши осведомеността за ролята на емпатията в общуването ни с другите и в живота ни.
- Насърчаване на учениците да поемат лична и колективна отговорност с цел подобряване на емоционалния климат в училищната и семейната среда.



- Усъвършенстване на психомоторните умения на учениците

Ресурси

Химикалки, маркери, пастели, листове А4 или А3, картони с различни цветове, ролка хартия за презентации, компютър с достъп до интернет, цветен принтер

Компетентности

- Сътрудничество/съдействие
- Повишаване на емоционалната самоосъзнатост
- Разпознаване на емоциите на съучениците
- Решаване на проблеми и себerefлексия
- Споделяне на лични емоционални преживявания
- Разбиране, доверие, разбиране на другите
- Работа върху собствената емпатия

Дейности

Дейност 1

Запознаване с емпатията

Стъпка 1: Учителят казва: "Помислете за човек, който според вас проявява емпатия, емпатиен човек, както бихме казали. Представете си диалог с него/нея. Вижте погледа му, вслушайте се в думите му, в тона на гласа му и си спомнете как се чувствате близо до него. И накрая, идентифицирайте емоциите, свързани с това общуване". (2-3 минути).

Стъпка 2: Учениците се приканват да споделят с групата най-важните емоционални характеристики на този специален човек, например: Тя/той (проявява) разбиране, състрадание, подкрепа, щедрост и т.н., без да коментират. Учителят моли учениците да споменат само подходящите думи и продължава да ги записва с помощта на учениците доброволци.

Това става под формата на мозъчна атака; думите, които ще бъдат предложени, се записват на дъската или на голям бял лист. Според принципите на използваната техника няма правилен или грешен отговор. (5-7 минути)

Стъпка 3: След това учителят се опитва да "прочете" колективното определение/възприятие на групата за съпричастност. Например: "И така, нашият екип казва, че човек, който има емпатия, се характеризира с доброта, състрадание, разбиране, доверие... Нека сега заедно да видим какво има да добави науката психология."

Препоръчва се, ако е необходимо, особено за по-големите възрастови групи (12 и повече години), учителят да направи кратка презентация на научния подход към понятието, връзката му с емоционалната интелигентност, мозъка, човешкото поведение и т.н. , която да е съобразена с когнитивното ниво на учениците (до 10 минути).

Стъпка 4: Учителят казва: "Сега бих искал да отделите малко време и да се вгледате в себе си, в собствените си чувства. Кой от тези съпричастни хора току-що доведохте тук днес? Какво би



променило това в ежедневието ви? Какво още, според вас, липсва в общуването с вашите съученици в класната стая и извън нея? Разполагате с 5 минути, за да си водите бележки и да завършите тази дейност. "

(5 минути).

Стъпка 5: Учителят казва: "Сега искам да намерите своя екип, за да споделите мислите си за емоционалните характеристики, които според вас липсват в общуването ни в класната стая. Нека ви напомня, че чувствата и мненията на всички се уважават и записват, без да бъдат оценявани. Накрая, след като се изразите честно и обсъдите помежду си, направете предложения за всяка от тези характеристики по следния начин: напр. "Ако имаше повече солидарност в нашето училище, **то** нямаше да съм безпомощен, когато конкретни деца ме бият и ми вземат якето ". И така, попълнете мислите си, като използвате думите, изписани с удебелен шрифт. (15 минути)

Стъпка 6: От учениците се иска да определят място и час за среща с групата си извън училище и да изпълнят следната задача в рамките на две седмици: "Въз основа на индивидуалните си записи изразете мислите си, като изберете една от следните форми: писмо до съучениците си, откъс от въображаемия ви колективен дневник, песен в рап ритъм, плакат, аудиовизуален материал, публикация в училищния блог или по друг начин, който смятате, че ви изразява. Определете и начина, по който ще направите представянето си. Всяка група ще разполага с 5 минути. Съгласни ли сте? Бихте ли искали да поясните или да промените нещо? Същите указания ще ви се дадат и в писмен вид. (до 5 минути, ако са поискани разяснения)

Стъпка 7: Следват презентациите на ученическите групи в договорения контекст. Тъй като ще бъдат изтъкнати въпроси, свързани с общуването и взаимоотношенията в училищната среда, се препоръчва откритото представяне да се проведе в присъствието на директора, други учители и представители на всеки клас. Трябва да се отдели време за въпроси и позадълбочено разбиране. (30 минути.)

Стъпка 8: След представянето на всяка група се препоръчват въпроси за размисъл, за да се доразвие темата и да се даде възможност на учениците да поемат индивидуална и колективна отговорност за промяна на училищния климат и междуличностните отношения, които го определят, за да се изгради безопасно пространство за плодотворно съжителство.

Такива въпроси могат да бъдат:

- Какво научихте днес за емоциите, които общуването ви създава в класната стая или в училище, което не си бяхте представяли?
- Свързват ли се току-що казаните от съучениците ви неща с вашите собствени преживявания или притеснения и по какъв начин?
- Ако имахте вълшебна пръчица, какво веднага щяхте да промените в нашето училище, за да стане то "Училище на емпатията"?
- Посочете една емоция, която бихте искали да елиминирате от училищния живот, и друга, която бихте искали тя да доминира?
- След всичко, което споделихте тук, като ученик в "Училище на емпатията" какво бихте направили по различен начин от утре? Какво никога повече не бихте направили с приятелите си?

(20 минути)



Няколко идеи за доразвиване:

Струва си да се отбележи, че тази дейност, както и много други, може да включва семейството. Предложено е следното допълнително указание: "Помислете в свободното си време кои положителни емоции характеризират общуването във вашето семейство? Кои от тях липсват? Кои от тях бихте искали да бъдат по-интензивни? Кои от тях бихте искали да бъдат по-малко интензивни? Можете да помолите останалите членове на семейството ви да направят същото. Отделете време, за да обсъдите мислите си заедно. Трудно ли е нещо за вас? Лесно ли е за вас да проведете такава дискусия? Определете промените, които ще настъпят в емоционалния климат на вашето семейство през следващите дни, и ги записвайте, ежедневно в продължение на 15 дни. Какво се е променило? Какво е останало същото? Организирайте нова среща със семейството. Поговорете за емоционалните си постижения, но също и за трудностите си и т.н. "Добре е, преди да се възложи горната задача, да се информират родителите-настойници с писмо или по друг подходящ начин, както предполага екосистемният подход във всички емоционални образователни програми. Също така, след приключване на петнадесетдневния период на наблюдение на емоционалната атмосфера в семейството, се предлага родителите да бъдат поканени на среща и да обменят информация и мнения, за да споделят опита си от изпълнението на дейността и да го осмислят. Препоръчва се също така провеждането на семинар, адаптиран към нуждите на родителите, за да се повиши чувствителността им и да се запознаят с въпроси, свързани с емоционалното общуване, активното слушане и емоционалното развитие на децата им и образованието като цяло.

За тази цел по време на изпълнението на програмата Safer се предлага паралелно емоционално обучение на родителите и настойниците, като се използва персоналет на училището или човешките ресурси на по-широката училищна общност (обучени учители за управление на групи, психолози, социални работници, други структури за подкрепа), така че програмата Safer да бъде поканена за обогатяване на културата на превенция и сътрудничество в училищната общност, като се укрепват качествата на функционалното общуване и положителното взаимодействие между нейните подсистеми (родител, учител, ученик).

Дейност 2

Давам форма, глас и вкус на „Училище на емпатията“

Групите се ангажират да "дадат" глас и лице на „Училище на емпатията“, като използват придобитите знания за характеристиките на емпатийното поведение от предишната дейност. За тази цел се предлага да се използват подходящи дейности, съобразени с възрастовата група на учениците. В тази светлина се надяваме, че следващите предложения ще обогатят възможностите ви.

Стъпка 1: На учениците се възлагат следните задачи:

Група 1: а. "Подгответе "сладката емпатия", като използвате въображението си, чувството си за хумор и много "свежи" емоции (Triliva, S, Anagnostopoulou, T., Hatjinikolou, S. (2008). Не по-добре, не по-зле, просто различно! . Athens: Guntberg). Следвайте шаблона на рецептата: Съставки, напр. 1 голямо сърце, 1 чаша състрадание, 1 чаша взаимно уважение и т.н. и Указания: Получавате едно голямо сърце.... Поръсете с много състрадание Можете да използвате създадената от вас таблица на емоциите. Можете да илюстрирате своята рецепта по всякакъв начин. " б. "След това за всяка дума-съставка от рецептата напишете изречение, което я свързва с поведение, което ѝ съответства, например Състрадание е, когато



Група 2: "Работете по групи и съставете текст, в който дворот на „Училище на емпатията“ придобива глас, говорейки от първо лице. Какво вижда то да се случва? Какви поведения приема в своето пространство? Какво чува? Какво не чува? Как се чувства? Какви заключения прави за чувствата на хората в своето пространство? Добавете всичко друго, което можете да си представите, че то би казало, ако говореше, за да опишете емоционалния климат, в който живее."

Група 3: „Направете колаж/наръчник, който да включва поведения, създаващи атмосфера на съпричастност. Можете и да създадете облак на емпатията с помощта на дигиталните инструменти (напр. Wordle или Tagxedo), които познавате, като уловите думи или кратки фрази, които показват емпатийно поведение, и му придадете форма, която най-добре отговаря на вашия образ" (могат да се използват и дигитални инструменти).“

Група 4: “Гневът, страхът, тъгата, тревожността, срамът, несигурността, ревността завземат властта в училището ви и прогонват емпатията. Училището губи най-ценния приятел, който някога е имало. Всичко се променя в училищния живот. Учениците се обаждат за помощ на журналист от онлайн новинарския сайт "Живеем заедно". Влезте в неговата/нейната роля. Вие сте журналистът (колективна роля). Въз основа на интервютата, които вземате от училищния персонал и учениците, и на собствените си наблюдения, както и като използвате въображението и творческото си мислене, напишете репортаж, за да информирате общността за това, което се случва в това училище, тъй като Негативните емоции са прогонили Емпатията. Обърнете внимание на поведението по време на почивката или по време на урока. В доклада ви се предлага да включите снимки, изображения и предложения на децата за промяна на отношението, за да убедите Емпатия да се върне. Ако желаете, използвайте дигитални инструменти.

Напомняме на учениците да използват таблиците на емоциите и емпатията, които всички заедно са създали. Представянето на работата им ще се състои по време на "седмицата на емоциите", която ще бъде организирана от училището. Всяка група ще разполага със 7 минути, за да представи работата си в присъствието на учениците и учителите от училището. (40 минути).

Забележка: В случай че времето не е достатъчно, завършването му се възлага като екипна работа извън училището, в рамките на разумен срок.

Стъпка 2: Въпроси за рефлексия

- Какво ви хареса в дейностите, в които участвахте?
- Като завършихте това "пътуване", какво ново научихте за емпатията?
- По какъв начин го изразявате?
- Проявявате ли емпатия в живота си?
- Кога ви е трудно да я изразите? Защо?
- Какво би се променило в семейството ви, ако всички вкусите от "сладостта на съпричастността"?

(10 минути).

Стъпка 3: Край на срещата: "Кажете ми една дума"

- Учителят казва: "Нека застанем изправени в кръга и да затворим очи. Нека звуците на музиката да ни водят. (Предлага се музика, например Yanni - Nostalgia, https://www.youtube.com/watch?v=dE1o_uXTVo).



- Пътуваме вътре в нас. Срещаме се с чувствата си, лесни или трудни. Разпознаваме ги. Съсредоточаваме се върху най-интензивната емоция тук и сега. Отваряме очите си и един по един я споделяме с екипа с една дума. " (5 минути).
- Учителят напомня на учениците да попълнят въпросника за обратна връзка от семинара и за двете срещи.

(Въпросите могат да включват: Какво ви хареса? Какво бихте искали да е различно? Има ли нещо друго, което определено бихте искали да споделите с нас? Опишете накратко картина, която пазите и помните от срещите ни за емоциите).

(обща продължителност на четвъртата дейност: 50- 60 минути)

Ресурси

- Morris Albert - Feelings, <https://www.youtube.com/watch?v=-iWOFVLd-3M>
- Yanni - Nostalgia, https://www.youtube.com/watch?v=dE1o_uUXTvo
- **Какви са най-добрите начини за предотвратяване на тормоза в училищата?**
https://greatergood.berkeley.edu/article/item/what_are_the_best_ways_to_prevent_bullying_in_schools
- **6 начина, по които преподавателите могат да предотвратят тормоза в училищата**
<https://lesley.edu/article/6-ways-educators-can-prevent-bullying-in-schools>
- **Как да предотвратим тормоза**
<https://www.stopbullying.gov/prevention/how-to-prevent-bullying>
- **Програми за борба с тормоза в класната стая: Най-добрите дейности за училищата**
<https://positivepsychology.com/anti-bullying-program-classroom/>
- **Предотвратяване на тормоза чрез съпричастност**
<https://www.crslearn.org/publication/the-power-of-empathy/preventing-bullying-using-empathy/>
- **Обучение в доброта и съпричастност за намаляване на тормоза в училище и онлайн**
<https://ripplekindness.org/teach-kindness-empathy-to-reduce-bullying-online-at-school/>
- **Скандинавският начин да спрем тормоза**
<https://www.bbc.com/future/article/20220307-the-best-way-to-stop-bullying>
- **Най-добрите видеоклипове за борба с тормоза в YouTube за тийнейджъри и подрастващи за 2022 г.**
<https://www.bark.us/blog/5-best-anti-bullying-videos-on-youtube-for-tweens-and-teens>

Учебно преживяване 33:

Чувствата, свързани с тормоза

Възраст на учениците:

8-11 и 11-14+

Продължителност



40 минути

Учебна цел

Учениците разпознават емоциите, свързани с омаловажаването и тормоза.

Ресурси

Телевизор, дъска или компютърен екран за възпроизвеждане на филми, по една карта за всеки ученик, кратка сцена от филм/телевизия/интернет програма, която показва тормоз

Компетентности

- Съдействие/сътрудничество
- Повишаване на емоционалната себеосъзнатост
- Разпознаване на емоции, свързани с тормоза
- Себерефлексия
- Споделяне на емоционални преживявания
- Разбиране, доверие, уважение към другите
- Работа върху собствената емпатия

Подготовка

Преди началото на урока изберете сцена от филм, телевизионна или интернет програма, която показва ситуация на тормоз, с която учениците могат да се запознаят.

Дейности

Дейност 1

Възпроизвеждане на избраната сцена. След като краткият клип приключи, анализирайте тормоза заедно с учениците. Задайте следните въпроси:

- Защо този човек е тормозен?
- Как се чувства той?
- Ставали ли сте свидетели на подобна сцена?

Помолете учениците да отговорят върху картата на следните въпроси

Когато учениците приключат с писането, съберете всички карти. Разбъркайте картите и разпределете ги в класа. Обиколете стаята и помолете учениците да прочетат само емоциите и чувствата, изброени във вторите въпроси.

Докато ги четете, помолете учениците да вдигнат ръце, ако някога са изпитвали описаната емоция (не непременно заради подигравки или тормоз).

Дейност 2

След това разделете учениците на групи по трима. Помолете групите да помислят за стратегии, които ще им помогнат да спрат да унижават и да се подиграват на другите хора. Накрая ги попитайте



как ще се чувстват в бъдеще, ако се подиграват с някого, след като определят емоциите, които хората изпитват, когато им се подиграват или ги унижават?

Дейност 3

Накрая прочетете следния цитат на Мартин Лутър Кинг младши: "Накрая ще запомним не думите на нашите врагове, а мълчанието на нашите приятели."

Задайте на групата следните въпроси:

- Какво може да означава този цитат?
- Какво мислите, че би казал др. Кинг за тормоза?

ПЕДАГОГИЧЕСКА ТЕМА

КАК ДА ГОВОРИМ И ДА ПРОВОКИРАМЕ ДИСКУСИЯ ЗА ТОРМОЗА

Говоренето за себе си, изразяването на нуждите и предприемането на действия са основни инструменти за самозащита за младежите от всички възрасти. Когато децата знаят, че има възможности да си върнат контрола или да повлияят на трудна ситуация, те придобиват устойчивост, за да преминат през препятствията, които животът им поднася. Децата, които активно участват в усвояването на умения за самозастъпничество, са по-добре подготвени да разрешават проблемите си сами и да разбират кога даден проблем изисква помощта на възрастен.

Поради тези причини говоренето за тормоза е много важен начин за предотвратяването му.

Тази тема се опитва да провокира дискусия за тормоза от различни гледни точки. Тя представя някои аспекти, които могат да помогнат на учениците при обсъждането на тормоза да направят равностойна на себе си, да разберат дали има някакво тяхно поведение, което биха искали да променят, и да си поставят цели за промяна. Учениците могат също така да определят характеристиките на един клас и училище без тормоз и да си представят необходимите стъпки за прилагането им на практика.

Концепциите за благополучие, за създаване на физически и емоционално подкрепящи класни стаи и училище; за това как всеки ученик може да допринесе за собственото си благополучие и за благополучието на класа и училището си; учениците могат най-накрая да работят за превръщането на училището си в зона без тормоз.

КЛЮЧОВИ ДУМИ: тормоз; кибертормоз; социално поведение, изразяване на потребности; самозастъпничество, решаване на проблеми, благополучие в училище



Учебно преживяване 34: Тормоз и комуникация

Възраст на учениците:

11-14+

Продължителност

40 до 80 минути

Учебни цели

Учениците ще могат да:

- Идентифицират характеристиките на комуникацията за тормоза
- Дискутират относно тормоза и как да се изправят срещу него

Компетентности

Свързване с околните;

Дискусии за тормоза;

анализиране на нагласите, убежденията и поведението, които допринасят за конфликтите в обществото и чувството за собствена ценност, и предлагане на начини за преодоляването им; развиване на чувство за социална справедливост

Ресурси

Лист за копиране: **Статии от вестници** или (още по-добре) учениците и/или учителят могат да съберат свои собствени примери за тормоз от вестниците.

Подготовка и замявка

Важно е да се подчертае, че за жертвата е много трудно да направи нещо, за да спре тормоза, освен да каже на някого за него.

Изберете комикси, които са подходящи за вашия клас.

Тази тема дава възможност на учениците да практикуват умения за преодоляване на тормоза. Важно е те да не практикуват негативното поведение на тормоза, а по-скоро положителните действия за преодоляването му.

Дейности

Дейност 1

Разпределете учениците в малки групи. Дайте на всяка група лист за копиране: **Статии от вестници** или (още по-добре) ги помолете да работят със статии от местни вестници. Поканете учениците да прочетат статиите и да ги групират в рубрики като расизъм, хомофобия, тормоз



на работното място, кибертормоз, тормоз над хора с увреждания и физически тормоз. Някои ученици може да предпочетат да измислят свои собствени рубрики. Някои статии могат да се впишат в повече от една рубрика.

Деятност 2

Помолете групите да сравнят своите групирания.

Попитайтек: Защо мислите, че хората се държат така спрямо другите?

 Какво ви говори това за ценностите им?

 Какво може да се направи, за да се спре този тормоз?

Сега помолете учениците да дебатират по темата **"Тормозът е много дълбоко вкоренен в нашето общество" и какво можем да направим, за да го предотвратим.**

Деятност 3

Накрая помолете учениците да намерят пример за тормоз в местен вестник през следващата седмица. Те да го вмъкнат в дневника си, да кажат какъв е видът на тормоза и да предложат промени, които биха могли да спрат този вид тормоз.

Листове за копиране: Статии от вестници

Деветгодишно дете се страхува от училище

Всяка сутрин, когато се събужда, деветгодишната Анджела Стивънс моли майка си да не я праща на училище. Училището се е превърнало в жив кошмар, тъй като Анджела е подигравана и тормозена до отчаяние заради теглото си. "Понякога децата се събуждат и казват: "Не искам да ходя на училище, не се чувствам добре", но Анджела прави това през цялото време", казва майка ѝ Хелън.

От деня, в който започва да ходи на училище като развълнувана петгодишна, Анджела е дразнена безмилостно от другите деца.

По време на бременността си Хелън е развила гестационен диабет, заради който Анджела е пораснала по-голяма от нормалните бебета. Четири килограма при раждането си, Анджела винаги е била голяма за възрастта си, но майка ѝ смята, че тя е твърде малка, за да мисли за диета.

Лекарите са казали на Стивънс, че има голяма вероятност Анджела да развие наследствен диабет в тийнейджърските си години.

Срамежливата ученичка от Оамару е преживяла години на мъчения в първото си училище в Крайстчърч, а сега е изправена пред същото в училище Гленарви, където ѝ е писнало да я наричат с обидни имена. Испитала е безкрайните шегги за теглото си, както и това, че е удряна и ритана от по-големи деца.

Това ме кара да се чувствам глупаво. Чувствам се сякаш съм наистина глупава -



казва тя с присвити големи кафяви очи.

Когато я питат дали мрази училището, Анджела прави пауза, преди да отговори с тих глас: "Страх ме е от училището. "*"

Авторско право с любезното съдействие на Woman's Day

21 август 2000

Хулиганите са ужасът на работното място

Даяна се изпотява, когато чува, че някой свири. Тялото ѝ се сковáva, сърцето ѝ се разтуптява, ръцете ѝ се свиват.

Минали са месеци, откакто е подала оставка, но звукът я пренася точно в онзи ужасен момент в офиса, когато шефът ѝ весело си подсвирква, докато се приближава. Какво ли ще е този път, чуди се тя? Какво ще намери да критикува?

Беше се нахвърлил върху нея, откакто посика обратна връзка по един негов любим проект и тя го поля със студена вода.

Щеше ли отново да промени работата ѝ?

Да съкрати крайния срок на проекта ѝ? Да ѝ каже, че висшестоящите искат да го направят по друг начин? Да ѝ каже, че хората са се оплакали от нея? Да я обвини, че е "негативна", защото искала разяснения? Наказва я, че закъснява, въпреки че самият той често закъснява? Да ѝ се подиграва с кофти забележка или да ѝ хвърля погледи?

За миг Даяна преживява отново отчаянието, безпомощността, дълбоката депресия. Спомня си тръпките и зачервяванията, безсънието, сълзите, страха, объркването.

Какво е правила погрешно? Нима е била некомпетентна? Със сигурност не - колегите и клиентите ѝ бяха доволни от работата ѝ.

Упреците му изглеждаха толкова несправедливи, но дали в тях имаше зрънце истина? Понякога тя се опитваше да се оплаче, но всеки инцидент, разгледан поотделно, можеше да изглежда незначителен. Дали това беше нейна грешка? Нямахме смисъл. Дали е полудяла?

Не. Даяна беше мишена на това, което британският изследовател Тим Фийлд нарича "основната, но най-малко призната причина за стреса на работното място днес": тормоз.

Evening Post, вторник, 19 декември 2000 г.



Тийнейджър с обвинение за хакерство в Bebo

От Марти Шарп

Срещу млада жена е повдигнато обвинение за това, че уж е хакнала страницата на ученичка в Bebo - престъпление, което се наказва с максимум седем години затвор.

Полицията твърди, че обвинението служи като предупреждение за други хора, които може би не осъзнават, че подправянето на страница в социална мрежа в интернет се наказва с тежко.

Обвинението е повдигнато, след като 16-годишната Рейчъл Бойт се опитала да влезе в страниците си в Bebo и Hotmail, но достъпът ѝ бил отказан.

"Опитах да вляза в акаунтите, но там пишеше, че паролата е сменена".

"Имах представа кой го е направил, но не знам как точно го е направил", казва тя.

"Това беше доста голям проблем за мен. Изгубих всичките си имейли и доста лични неща на страницата в Bebo."

"Ако това се случи на някого, той трябва да уведоми полицията, за да може да се предприемат мерки и хората да са наясно, че има последствия."

"Мисля, че това е доста често срещано явление и хората няма да разберат кой го е направил. Познавам няколко души, на които им се е случвало."

Подозирайки, че нещо не е наред, ученичката от гимназията за момичета "Хамилтън" се свързва с полицията.

На жената е повдигнато обвинение, след като полицията е направила запитване до доставчика на интернет услуги. Член 250 от Закона за престъпленията забранява умишленото или непредпазливото повреждане на компютърна система или достъпа до компютър без разрешение.

Националният ръководител на полицията по въпросите на електронните престъпления Маартен Клейнтйес заяви, че хората, които влизат в чужди интернет акаунти, често не осъзнават, че извършват престъпление.

"Но невежеството не е извинение."

Г-н Клейнтйес заяви, че максималният срок от седем години лишаване от свобода за неоторизиран достъп може да бъде удължен до 10 години в случаите, в които действията на лицето са застрашили живота му.

Деветнадесетгодишната жена се явила в окръжния съд на Хейстингс през септември, обвинена по Закона за престъпленията.

Полицията ѝ е разрешила отклоняване от делото, но тя няма да има наказателна присъда, ако спазва условията, наложени от полицията.

The Dominion Post вторник, 05 август 2008 г.



Твърде много хулигани и лъжци на работното място ОТ ХАЙДЪН ДЮИС

ЕДНА ТРЕТА от държавните служители са ставали свидетели на неправомерни действия на работното място, вариращи от неправомерно попълване на таблиците за графика до сексуален тормоз, кражба и злоупотреба.

Но само половината от тях са докладвали за това - което според проучване, поръчано от Държавната комисия по услугите, се дължи до голяма степен на недоверието към ръководителите.

В доклада, изготвен от Етичният ресурсен център на Съединените щати, се казва, че държавните служители съобщават за високи нива неудовлетвореност от начина, по който се обработват жалбите - смятат, че те са били прикривани или пренебрегвани.

Докладът препоръчва на висшите ръководители да "спазват правилата и да говорят за тях" по отношение на почтеността и поведението.

За целите на своя доклад Етичният ресурсен център е анкетирали 4642 държавни служители от 38 агенции. От една трета, които са наблюдавали неправомерни действия, 18% смятат, че отговорните лица са нарушили закона.

Най-често срещаното оплакване е обидно или сплашващо поведение, следвано от неправилно използване на интернет или електронна поща и лъжа.

Служителите съобщават за дискриминация по възраст, пол и етническа принадлежност, сексуален тормоз, подправяне на документи, приемане на неподходящи плащания или привилегии, кражди и фалшифициране на документи.

Въпреки че повечето служители са знаели за писмените стандарти за почтеност и поведение, почти половината от тях не са знаели как да подават поверителни сигнали за неправомерно поведение.

Само една трета са знаели за разпоредбите за "подаване на сигнали" в Закона за защитените разкрития, който предлага правна защита на тези, които съобщават за недискретност.

Комисарят по държавните служби Марк Пребъл призна, че е необходима още работа "по отношение на последващите действия по нашия доклад, ръководството и комуникацията".

"Тези проучвания от време на време ще изтъкват проблеми, които трябва да решим, и не можем да си позволим да се преструваме, че е обратното."

The Dominion Post, петък, 12 октомври 2007 г.



Тийнейджъри са арестувани заради видео „трофей“

ДВАМА тийнейджъри от Нова Зеландия са арестувани по подозрение, че са пребили 16-годишно момче, за да имат кадри, които да публикуват в интернет като "трофей".

Координаторът на службите за младежта в полицията в Хейстингс сержант Дейв Грейг заяви, че предполагаемото нападение е станало на 30 март, а миналата седмица полицията е била уведомена, че кадрите са били публикувани в уебсайта YouTube.

Две момчета на 14 и 16 години, които са учили в същото училище като жертвата, са били арестувани и е трябвало да се явят пред съда в петък. Според него може да последват и други арести.

Той заяви, че инцидентът е особено тревожен, тъй като се оказва, че извършителите специално са организирали нападението пред 20-30 деца, за да публикуват "трофей" в интернет.

"Това е първият инцидент, за който знам, че е бил специално организиран, след това записан и публикуван онлайн. Изглежда, че е бил публикуван по две причини. Едната е да се даде на извършителите известна слава или авторитет... но по-важното е да се унижи жертвата", каза Грег.

"Успяхме да установим, че всичко е било предварително обмислено. Че по принцип е било предвидено то да бъде заснето на видео и да бъде публикувано в YouTube", каза той.

16-годишният пострадал е получил порезни рани по устата и синини, но не се е свързал с полицията за предполагаемото нападение, защото се е страхувал от последствията.

По време на полицейското разследване е станало ясно, че и други ученици са разпространявали кадри с насилие от YouTube, каза Сет Грейг.

18 април 2007 г. ААР

Забележка: По-малкото момче е осъдено на 6-месечен надзор. НН по-голямото момче е наредено да изпълнява План за надзор с дейности, основан на предложено чиракуване. Третото момче трябва да изпълни план за интензивна семейна групово работа.

„НИКОЙ НЕ ПОМОГНА“

Две 13-годишни момичета твърдят, че са били влачени за косата по главната улица на Левин, след като са били ритани и бити в женските тоалетни от група от около 20 пияни тийнейджъри, без никой да се намеси, заяви вчера жената, която в крайна сметка ги е спасила.

Виктория Харпър и Шантел Уолъс разказаха за едночасовото си изпитание в сряда, след което са били толкова удряни и насинени, че е трябвало да прекарат една нощ в болница.

Нападенията са част от една жестока седмица в Левин, която предизвика



призиви от страна на полицията и лидерите на общността за съвместна работа за справяне с насилието на тийнейджърските банди.

В неделя 14-годишният Бен Окснам беше пребит до безсъзнание от поне двама младежи, които откраднаха скейтборда му. По-късно същата вечер момиче от Левин е нападнато от две 15-годишни момичета.

Вчера Лиан Уолш разказа, че в сряда е шофирала през Левин, когато видяла как едно момиче, в средата на група тийнейджъри, рита и удря друго момиче, което лежало сгушено в един край.

Г-жа Уолш спряла и се обадила в полицията от близкия магазин. Малко по-късно, докато шофирала, видяла Виктория и Шантел да бягат от групата, спряла и ги прибрала. Тогава ѝ казали, че момичетата първо са били пребити в обществените тоалетни на един пресечка разстояние.

Г-жа Уолш заяви, че е ужасена от факта, че нападението е могло да се случи посред бял ден, без никой да направи нищо.

*Мисля, че това е страшно, че хората са свели глави и са си затворили очите."

The Dominion събота, 7 октомври 2000 г.

Учебно преживяване 35:

Равносметка за себе си

Възраст на учениците:

11-14+

Продължителност

40 до 80 минути

Учебни цели

Учениците могат:

- Идентифицират поведение, което искат да променят
- Да си поставят лични цели и да работят върху тях

Компетентности

- Осъзнатост
- Аз-ефективност
- Способност за вземане на решения
- Сътрудничество/съдействие
- Умения за общуване



Ресурси

Лист за копиране: **Може ли понякога да тормозите други хора?**

Лист за копиране: **Флаг на приятелството**

Дейности

Дейност 1

Поглед към себе си

Уверете се, че учениците вече са разбрали, че всеки носи отговорност да направи нещо, за да се увери, че тормозът не се случва. Понякога трябва да се вгледаме в себе си, за да се уверим, че не се държим по начин, който не помага за спирането на тормоза.

Дайте на всеки ученик копие на листа: **Може ли понякога да тормозите други хора?** Обяснете, че това е лична дейност и не е необходимо да я споделят с никого, освен ако не искат. Те трябва да бъдат честни.

Въпреки че това по принцип е забавно упражнение и трябва да се третира като такова, учениците ще се замислят за тормоза във връзка със собственото си поведение. Този вид самоанализ е началото на процеса на промяна.

Дейност 2

Флаг на приятелството

Раздайте копие на листа: **Флаг на приятелството**. Учениците изрязват знамето, попълват необходимата информация и го украсяват.

Връзка с общността

Изработените знамена на приятелството могат да бъдат отнесени у дома и споделени със семейството и общността.



Лист за копиране: Може ли понякога да торможите другите хора?

За всеки въпрос оградете отговора (а), (б) или (в), който в най-голяма степен се отнася за вас. Бъдете честни!

1. Някой ви е накарал да се прекръстите. Вие

- А) Удряте го или го ритате
- Б) Разхождате се, за да се успокоите
- В) Крещите на някого друг, за да се почувствате по-добре?

2. Не ви включват в игра, защото твърде много хора искат да участва. Вие

- А) отивате другаде и правите нещо ваше
- Б) Цупите се и казвате, че вече никога няма да играете с тях
- В) Започвате игра с други хора?

3. Винаги се движите с една и съща група хора. Вие

- А) винаги карате групата да прави, каквото вие искате
- Б) понякога решавате какво ще прави групата
- В) отказвате да се включите, ако не става така, както искате

4. Виждате, че ваш приятел е жертва на тормож. Вие

- А) отивате и му помагате
- Б) правите се, че не забелязвате
- В) смеете се с останалите

5. В класа ви има ново дете. Той идва от друга държава и говори по смешен начин. Вие:

- А) Стоите настрана от него
- Б) Подигравате му се за начина, по който говори
- В) Опитвате да се сприятелите

6. Получавате гадно съобщение за човек от класа ви. Вие

- А) Пращате го на други хора
- Б) Изтривате го и казвате на изпратилия го, че това е грешно
- В) Изтривате го



7. Много хора от класа ви се държат зле с ваш съученик. Вие

- A) опитвате да не се включвате
- Б) присъединявате се, за да не се заяждат с вас
- В) казвате на учителя

8. Малкият ви брат е много горд от рисунката, която е направил. Вие

- A) Подигравате му се
- Б) Казвате, че е страхотна
- В) Въобще не поглеждате

9. Това малко дете ходи на училище по вашия път. Можеш да кажеш, че се страхува от вас. Вие

- A) Усмихвате се и го поздравявате
- Б) игнорирате го
- В) сплашвате го

10. Приятелят ви има ново колело. Вие

- A) настоявате да го покарате, въпреки че знаете, че той не е съгласен
- Б) питате дали можете да направите кръгче
- В) цупите се, ако не ви предложи да го покарате

Резултати

Изчислете резултатата си

- Ако имате много нули, възможно е доста да торможите другите. Може да мислите, преди да действате и да уважавате повече другите хора.
- Ако имате много единици, може и да не торможите други хора, но не правите много, за да спрете тормоза. Може да опитате да помислите повече за това как другите хора мислят и се чувстват.
- Ако имате много двойки, значи не торможите другите. Всъщност се стараете да се разбирате с тях. **Браво!**



Could You Sometimes Bully Other People?

For each question circle the answer (a), (b), or (c) that you think best applies to you. Be honest!

1 Someone has made you cross.

Do you:

- a Hit or kick them
- b Take a walk to cool off
- c Shout at someone else to make you feel better?

2 You get left out of a game because too many people wanted to play.

Do you:

- a Go away and do something on your own
- b Sulk and say you won't ever play with them ever again
- c Start a game with some other people?

3 You always go round with the same group of people.

Do you:

- a Always make the group do what you want to do
- b Sometimes decide what the group will do
- c Refuse to join in if you don't get your own way?

4 You see your friend being bullied.

Do you:

- a Go and help
- b Pretend you don't notice
- c Laugh with everyone else?

5 There is a new kid in your class. He comes from somewhere overseas and speaks in a funny way.

Do you:

- a Stay well clear of him
- b Make fun of the way he talks
- c Try and be friendly?

6 You get a text message saying nasty things about someone in your class.

Do you:

- a Send it on to others
- b Delete it and tell the sender this is wrong
- c Delete it?

7 Lots of people are giving someone in your class a really hard time. Do you:

- a Try not to get involved
- b Join in so they don't pick on you
- c Tell the teacher?

8 Your little brother is very proud of the drawing he has done.

Do you:

- a Make fun of it
- b Say you think it's great
- c Not bother to look?

9 This little kid walks to school your way. You can tell she's frightened of you.

Do you:

- a Smile and say hullo
- b Ignore her
- c Give her something to be frightened of?

10 Your friend has a new bike.

Do you:

- a Insist on riding it, although you know they don't want you to
- b Ask if you can have a turn
- c Sulk if you aren't offered a ride.

Score

- 1 (a) 0, (b) 2, (c) 1
- 2 (a) 1, (b) 0, (c) 2
- 3 (a) 0, (b) 2, (c) 1
- 4 (a) 2, (b) 1, (c) 0
- 5 (a) 1, (b) 0, (c) 2
- 6 (a) 0, (b) 2, (c) 1
- 7 (a) 1, (b) 0, (c) 2
- 8 (a) 0, (b) 2, (c) 1
- 9 (a) 2, (b) 1, (c) 0

Add up your score.

If you scored lots of 0's you might be bullying other people quite a lot of the time. You might like to try thinking before you act, and respecting other people more.

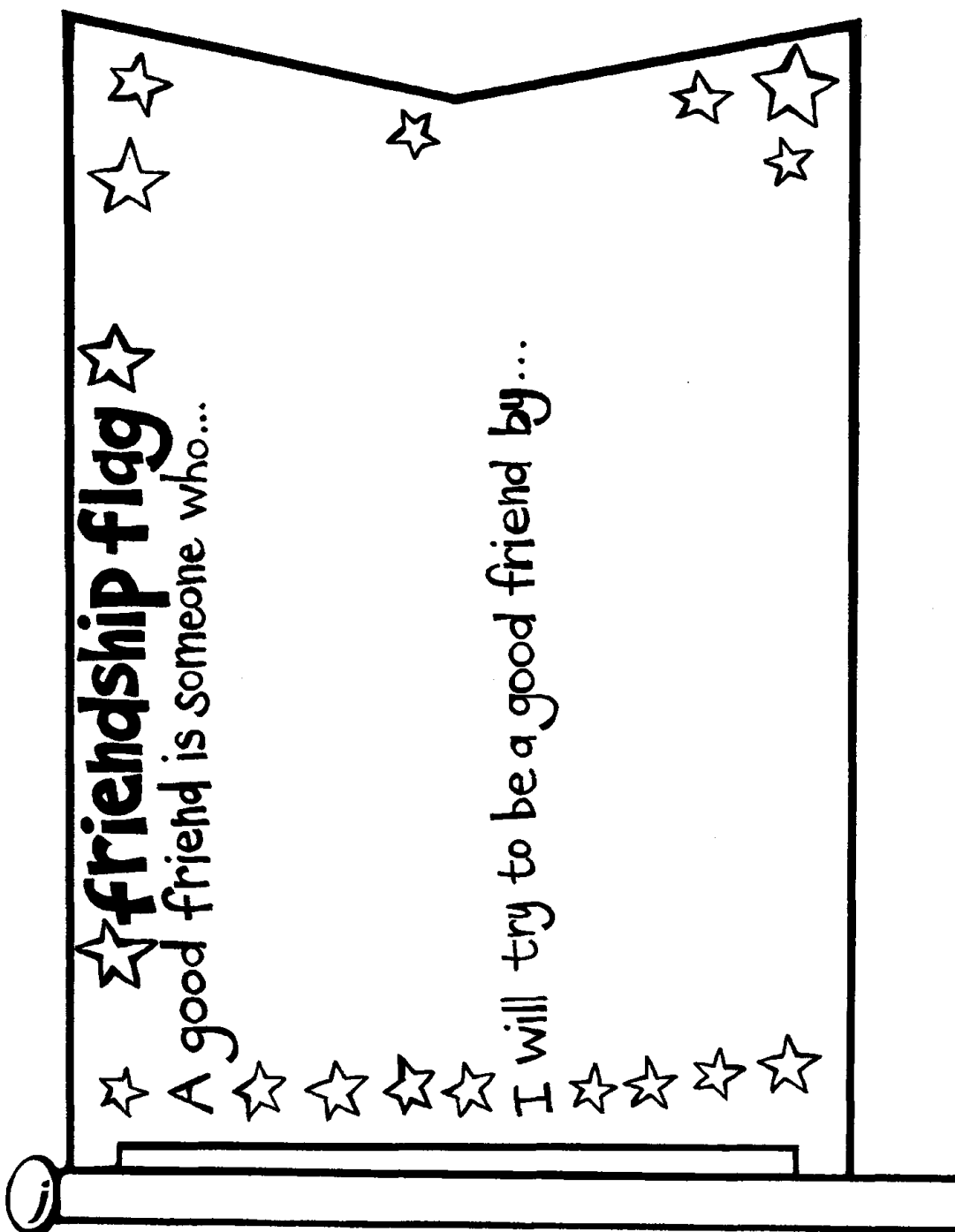
If you got lots of 1's, you might not be bullying other people, but you are not doing much to stop bullying. You might like to try thinking more about how other people think and feel.

If you scored lots of 2's you don't bully other people at all. In fact, you make a point of getting on well with people. **Well done!**

Лист за копиране: Флаг на приятелството

Добрият приятел е този, който...

Ще се опитам да съм добър приятел като...





Учебно преживяване 36:

Училище без тормоз

Възраст на учениците:

11-14+

Продължителност

40 до 80 минути

Учебна цел

Учениците могат да работят, за да направят училището си свободно от тормоз.

Компетентности Competences

- Осъзнатост
- Аз-ефективност
- Способност за вземане на решения
- Сътрудничество/съдействие
- Умения за общуване

Ресурси

Лист за копиране: **Предложение**

Дейности

Дейност 1

Попитайте учениците:

- Има ли тормоз в нашето училище?
- Кои видове са най-често срещани?
- Къде основно се проявява?
- Какво можем да направим по въпроса?

Разделете учениците на групи. Помолете всяка група да предложи набор от прости правила или насоки за игралната площадка, които според тях биха спрели тормоза в училището. Насърчете ги да формулират тези правила в положителен смисъл, а не като отрицателни - например: **Не бъди злобен към другите** става **Отнасяй се с уважение към другите**.

Всяка група докладва и се изготвя списък на класа.

Дейност 2

Сега попитайте: Какво според вас трябва да се случи, ако тези правила бъдат нарушени?

Дейност 3

Накрая работете с класа, за да разработите предложението, което да бъде изпратено до директора.



Лист за копиране: Предложение

Предложение до _____ на _____ училище
(Име на директора) (Името на училището)

Клас: _____
(Името на класа)

Това е заявление до директора относно нашите предложения, които смятаме, че са необходими, за да направим училището ни свободно от тормоз. Това е желанието на по-голямата част от класа.

Чувстваме се достатъчно силни, за да представим това изложение на директора за по-нататъшни действия. Ще се радваме да предоставим повече информация и да помогнем по всякакъв начин.

Предложенията са следните:

Предимствата на тези идеи са:

- 1.
- 2.
- 3.

Подписано от класа по-долу

Свидетел:

(Учител)



Библиографска справка

Ahmed, E., & Braithwaite, V. (2004). Bullying and victimization: Cause for concern for both families and schools. *Social Psychology of Education*, 7, 35 – 54.

Andreou, E. (2006). Social preference, perceived popularity and social intelligence. Relations to overt and relational aggression. *School Psychology International*, 27, 339 – 351
Bacchini, D., Giovanna E. & Gaetana A. (2009), Social experience and school bullying. *Journal of Community & Applied Social Psychology*. 19(1), pp.17-32.

Batson, C. D., & Powell, A. A. (2003). Altruism and prosocial behavior. In T. Millon & M. J. Lerner (Eds.), *Handbook of psychology: Personality and social psychology*, Vol. 5, pp. 463–484). John Wiley & Sons, Inc.. <https://doi.org/10.1002/0471264385.wei0519>.

Bauman, S., & Del Rio, A. (2006). Pre-service teachers' responses to bullying scenarios. Comparing physical, verbal, and relational bullying. *Journal of Educational Psychology*, 98, 219-231.

Bierman, K. L. (2011). The promise and potential of studying the “invisible hand” of teacher influence on peer relation and student outcomes: A commentary. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 32, 297-303

Blueprints for healthy youth development (2015). Olweus Bullying Prevention Program. Online: <http://www.blueprintsprograms.com/factsheet/olweus-bullying-prevention-program>, accessed: July 13, 2015

Brander P. et al (2004). Education pack “all different – all equal”. Budapest: Directorate of Youth and Sport, Council of Europe Publishing

Bullying-Free NZ Media Kit from the Bullying-Free NZ website, 2018

Dooley, J. J., Pyżalski, J., & Cross, D. (2009). Cyberbullying versus face-to-face bullying: A theoretical and conceptual review. *Zeitschrift für Psychologie/Journal of Psychology*, 217(4), 182-188.

Ericson, N. (2001). Addressing the Problem of Juvenile Bullying Brochure. Retrieved from <http://www.ncjrs.gov/pdffiles1/ojjdp/fs200127.pdf>

Espelage, D. (Eds.), *The international handbook of school* Cowie H, Jennifer D. (2008). New perspectives on bullying. New York: McGraw-Hill
Dussich, J., & Maekoya, C. (2007). Physical child harm and bullying-related behaviors: A comparative study in Japan, South Africa, and the United States. *International Journal of Offender Therapy & Comparative Criminology*, 51 (5), 495-509.

Espelage, D. & Swearer, S. (2004). *Bullying in American Schools. A social-ecological perspective on prevention and intervention*. Mahwah: Erlbaum Associates.



- Esteve Pujol I Pons (2002). Valores para la convivencia. Barcelona: Parramon Ediciones, S.A.
- Farrington, D. P. (1993). Understanding and preventing bullying. *Crime and justice*, 17, 381-458.
- Filippou, D., Karantana P. (2010). Istories gia na oneirevesai. Paichnidia gia na megaloneis: Athina: Kastaniotis, s. 219.
- Flaspohler, P., Gibson, J., Vanderzee, K., Sink, H., and Birchmeier, Z. (2009). Stand by me: the effects of peer and teacher support in mitigating the impact of bullying on quality of life. *Psychol. Sch.* 46, 636–649. doi: 10.1002/pits. 20404.
- Flowers N. et al (2007). *Compassito: Manual on human rights education for children*. Budapest: Directorate of Youth and Sport, Council of Europe Publishing
- Garandau, C. F., Laninga-Wijnen, L., & Salmivalli, C. (2021). Effects of the Kiva antibullying program on affective and cognitive empathy in children and adolescents. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 1-15.
- García-Vázquez, F. I., Valdés-Cuervo, A. A., Martínez-Ferrer, B., & Parra-Pérez, L. G. (2020). Forgiveness, gratitude, happiness, and prosocial bystander behavior in bullying. *Frontiers in psychology*, 10, 2827.
- Goleman, D. P. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ for character, health and lifelong achievement*. New York: Bantam Books.
- Goleman, D., & Jankowski, A. (1997). *Inteligencja emocjonalna*. Media Rodzina of Poznań.
- Greenberg, L. S., & Elliott, R. (1997). *Varieties of empathic responding*.
- Gollob R., Krapf P., Weidinger W. (Ed.) (2010). *Growing up in democracy: Lesson plans for primary level on democratic citizenship and human rights*. Council of Europe Publishing
- Greene, M. B. (2006) *Bullying in Schools: A Plea for Measure of Human Rights*. *Journal of Social Issues*, 62(1), 2006, 63-79.
- Jolliffe, D., & Farrington, D. P. (2006). Development and validation of the Basic Empathy Scale. *Journal of adolescence*, 29(4), 589-611.
- Kokkinos, C. M. & Kipirisi, E. (2012). The relationship bullying, victimization, trait emotional intelligence, self-efficacy and empathy among pre-adolescents. *Social Psychology of Education*, 15, 41-58.
- Malikiosi-Loizou, M. (2003). Mia kritiki matia stin ensynaisthisi. *Psychology: the Journal of the Hellenic Psychological Society*, 10(2+ 3), 295-309.



Mitsopoulou, E. & Giovazolias, T. (2015). Personality traits, empathy and bullying behavior: A meta-analytic approach. *Aggression and violent behavior*, 21, 61-72.

Nocentini, A., Menesini, E., & Salmivalli, C. (2013). Level and change of bullying behavior during high school: A multilevel growth curve analysis. *Journal of adolescence*, 36(3), 495-505.

Odigos diacheirisis peristatikon scholikis vias kai ekfovismou - Kentro Evropaïkou Syntagmatikou Dikaiou – Idryma Themistokli kai Dimitri Tsatsou. (2015). <http://stopbullying.sch.gr/>.

Olweus, D. (1994). Bullying at school. In *Aggressive behavior* (pp. 97-130). Springer, Boston, MA.

Olweus, D. (2003). A profile of bullying at school. *Educational leadership*, 60(6), 12-17.

Olweus, D., & Limber, S. P. (2018). Some problems with cyberbullying research. *Current opinion in psychology*, 19, 139-143

Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2006). Bullies move beyond the schoolyard: A preliminary look at cyberbullying. *Youth violence and juvenile justice*, 4(2), 148-169.

Paull. M., Omari. M. and Standen. P. (2012) When is a bystander not a bystander? A typology of the roles of bystanders in workplace bullying. *Asia Pacific Journal of Human Resources*, 50(3), 315-366.

Pérez, A. C., León, N. K. Q. & Coronado, E. A. G. (2017). Empatía, comunicación asertiva y seguimiento de normas. Un programa para desarrollar habilidades para la vida. *Enseñanza e investigación en psicología*, 22(1), 58-65.

Salmivalli, C., Voeten, M., and Poskiparta, E. (2011). Bystander matter: association between reinforcing, defending, and the frequency of bullying behavior in classrooms. *J. Clin. Child Adolesc. Psychol.* 40, 668–676. doi: 10.180/15374416. 2011.597090.

Sapountzaki, M. (2018). Scholikos ekfovismos, ensynaisthisi kai aneparkeia se proefivous mathites. *Dipl. Ergasia. EAP.*

Simpson, B., & Willer, R. (2015). Beyond altruism: Sociological foundations of cooperation and prosocial behavior. *Annual Review of Sociology*, 41, 43-63.

Smith, P. K., Cowie, H., Olafsson, R. F., & Liefhoghe, A. P. (2002). Definitions of bullying: A comparison of terms used, and age and gender differences, in a Fourteen–Country international comparison. *Child development*, 73(4), 1119-1133.

Smith, Peter & Mahdavi, Jess & Carvalho, Manuel & Fisher, Sonja & Russell, Shanette & Tippett, Neil. (2008). Cyberbullying: Its nature and impact in secondary school pupils. *Journal of child psychology and psychiatry, and allied disciplines*. 49. 376-85. 10.1111/j.1469-7610.2007.01846.x.



Stavrinides, P., Georgiou, S., & Theofanous, V. (2010). Bullying and empathy: a short-term longitudinal investigation. *Educational Psychology*, 30(7), 793-802.

Teaching children's rights: key questions to guide the choice of teaching methods. (2022, May). Living Democracy (Teaching children's rights: key questions to guide the choice of teaching methods - Living Democracy (living-democracy.com))

Triliva, S, Anagnostopoulou, T., Hatjinikolou, S. (2008). Not better, not worse, just different! . Athens: Guntberg.

Ttofi, M. M., & Farrington, D. P. (2011). Effectiveness of school-based programs to reduce bullying: A systematic and meta-analytic review. *Journal of experimental criminology*, 7(1), 27-56.

Veenstra R, Lindenberg S, Oldehinkel AJ, De Winter AF, Verhulst FC, Ormel J (2015). Bullying and victimization in elementary schools: a comparison of bullies, victims, bully/victims, and uninvolved preadolescents. *Developmental Psychology* 41, 672–682.

Wienke Totura, C. M., MacKinnon-Lewis, C., Gesten, E. L., Gadd, R., Divine, K. P., Dunham, S., et al. (2018). Bullying and victimization among boys and girls in middle school. *Journal of Early Adolescence*, 29, 571–609.