



Министерство
образования и науки
Республики Казахстан



Акимат Восточно-
Казахстанской
области



Восточно-Казахстанский
государственный
университет
им. С. Аманжолова



Уполномоченный
по правам человека
в Республике Казахстан



NORWEGIAN EMBASSY



Детский фонд ООН в Казахстане

УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА ПЕРВИЧНОЙ ПРОФИЛАКТИКИ НАСИЛИЯ В ШКОЛЕ



Учебная программа первичной профилактики насилия в школе (также для вторичной профилактики). Программа профилактики насилия в отношении детей в образовательных учреждениях Восточно-Казахстанской области. 2014 г.

Данное пособие подготовлено в рамках сотрудничества между Министерством образования и науки РК, учреждением Уполномоченного по правам человека в Республике Казахстан, акиматом Восточно-Казахстанской области, Восточно-Казахстанским государственным университетом им. С. Аманжолова и ЮНИСЕФ в целях реализации проекта по профилактике и реагированию на насилие в отношении детей в школах Казахстана, при поддержке Министерства иностранных дел Норвегии. Мнения, выраженные в данной публикации, принадлежат авторам и не обязательно отражают официальную точку зрения Представительства ЮНИСЕФ в Казахстане.

Министерство образования
и науки Республики Казахстан
Республика Казахстан, 010000
г. Астана, Левый берег
Дом Министерств, 11 подъезд
Тел: +7 (7172) 74 24 25, 74 24 16
www.edu.gov.kz

Уполномоченный по правам человека в
Республике Казахстан
Республика Казахстан, 010000
г. Астана, Левый берег
Дом Министерств, 15 подъезд
Тел/факс: +7 (7172) 74 01 69, 74 05 48
www.ombudsman.kz

Акимат Восточно-Казахстанской области
Республика Казахстан, 070019
г. Усть-Каменогорск, ул. М.Горького, 40
Тел: +7 (7232) 26 42 42
www.akimvko.gov.kz

Восточно-Казахстанский государственный
университет им. С. Аманжолова
Республика Казахстан, 070020
г. Усть-Каменогорск, ул. 30-й Гвардейской
дивизии, 34
Тел/факс: +7 (7232) 252315, 252316
www.vkgu.kz

Детский фонд ООН (ЮНИСЕФ) в Республике
Казахстан
Республика Казахстан, 010000
г. Астана, ул. Бейбитшилик, д. 10-А
Тел/факс: +7 (7172) 32 17 97, 32 29 69, 32 18 03
www.unicef.kz, www.unicef.org

Посольство Норвегии в г. Астана
Республика Казахстан, 010000
г. Астана, мкр. Самал, д. 12
Бизнес-центр «Астана Тауэр», 17-й этаж
Тел/факс: +7 (7172) 55 11 00, 55 11 99
www.norvegia.kz

Авторы:

Робин Хаарр, международный консультант ЮНИСЕФ

Коллектив психолого-педагогического факультета ВКГУ им. С. Аманжолова

УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА ПЕРВИЧНОЙ ПРОФИЛАКТИКИ НАСИЛИЯ В ШКОЛЕ

**Программа профилактики насилия в отношении
детей в образовательных учреждениях
Восточно-Казахстанской области**

Астана 2014

Оглавление

Введение	4
Урок 1: Изучение этических правил школы	6
Урок 2: Обучение распознаванию школьного насилия	12
Урок 3: Развитие положительного характера	23
Урок 4: Понимание своих мыслей, чувств и действий	32
Урок 5: Уважай себя и других	40
Урок 6: Издевательства и их последствия	47
Урок 7: Как делать выбор и решать проблемы	60

ВВЕДЕНИЕ

Учебная программа первичной профилактики

Настоящая учебная программа первичной профилактики школьного насилия была разработана для использования со всеми учащимися (по всей школе). Учебная программа направлена на создание общешкольной системы изменений посредством:

- определения, преподавания и укрепления этических правил школы;
- поощрения положительного характера и положительного индивидуального поведения;
- повышения навыков межличностного общения учащихся;
- поощрения уважения к себе и другим;
- повышения навыков учащихся по решению проблем и урегулированию конфликтов;
- предотвращения возникновения проблем, связанных с поведением и школьным насилием.

Учебная программа представлена в виде 7 уроков, каждый из которых включает конкретные письменные задания и упражнения, которые должны преподаваться в хронологическом порядке для учащихся с 3-х по 7-е классы, используя язык, соответствующий возрасту детей и их классу обучения. Каждый из 7 уроков включает цели обучения и простые указания касательно того, как объяснить и использовать различные письменные задания. На объяснение и использование одного письменного задания следует затрачивать от 20 до 30 минут. Наилучшим вариантом будет преподавание учащимся одного письменного задания в неделю.

Важно отметить, что настоящая учебная программа первичной профилактики была разработана на базе тщательного анализа литературы, документов и других источников, связанных с профилактикой школьного насилия, развитием позитивных поведенческих вмешательств, поддержкой, воспитанием характера и социально-эмоциональным обучением. Учебная программа и упражнения, включенные в настоящий документ, были заимствованы или сконструированы по образцу (и в большинстве случаев модифицированы и адаптированы для обеспечения их соответствия местным условиям) существующих учебных программ, мероприятий и упражнений. Были использованы два важных источника: «Упражнения по воспитанию характера и социально-эмоциональному обучению» (К.С. Петерсон) и «Профилактика хулиганства в поддержании положительного поведения» (С. Росс, Р. Хорнер и Б. Стиллер).

Использование для вторичной профилактики

Вследствие разнообразных причин некоторые учащиеся не реагируют на учебную программу первичной профилактики, аналогично тому, как некоторые учащиеся не реагируют на первоначальное преподавание учебного предмета. Поэтому некоторым учащимся требуется больше обучения и поддержки, чтобы изучить и освоить уроки первичной профилактики. Таким образом, настоящая программа первичной профилактики должна также использоваться для вторичной профилактики среди учащихся, входящих в группу риска. Командам школьной безопасности следует использовать настоящую учебную программу, включая уроки и письменные задания, для индивидуальной работы с учащимися из группы риска или с небольшими группами учащихся, входящих в группу риска (4-5 учащихся), предоставляя им более интенсивное и индивидуализированное обучение и поддержку для изучения и освоения уроков первичной профилактики.

Изучение этических правил школы

3-7 классы

Ниже приводятся указания касательно того, как использовать различные упражнения Урока 1. Данный урок включает в себя 3 письменных задания, которые должны преподаваться в хронологическом порядке учащимся с 3-го по 7-й классы, используя язык, соответствующий возрасту детей и их классу обучения. На объяснение и использование одного письменного задания следует затрачивать от 20 до 30 минут. Наилучшим вариантом будет преподавание учащимся одного письменного задания в неделю. Обычно выполнение всех письменных заданий данного урока занимает 3 недели (по одному письменному заданию в неделю).

ЭТИЧЕСКИЕ ПРАВИЛА ШКОЛЫ

Данное письменное задание предназначено помочь учащимся понять важность наличия этических правил школы для создания безопасной и заботливой школьной среды для всех учащихся. Учащиеся должны освоить этические правила школы для класса и вне класса.

Предоставьте учащимся возможность выполнить первую часть письменного задания и определите 3-5 этических правил школы, которые были разработаны Командой школьной безопасности. Обсудите этические правила школы с учащимися и как они содействуют созданию безопасной и заботливой школьной среды.

Примеры могут включать следующее:

- Будь осторожен – Контролируй свои руки и ноги во время урока.
- Будь вежливым – Не перебивай другого человека.
- Будь ответственным – Используй то, чему ты научился.



Затем дайте учащимся возможность выполнить первую часть письменного задания и определите, какие этические правила школы имеются в классе. Обсудите конкретные примеры этических правил в классе (используйте матрицу этических правил, разработанную Командой школьной безопасности) и запишите их на доске.

Далее попросите учащихся определить, как выглядят этические правила школы вне класса (например, в коридоре, столовой, туалете, спортивном зале и на игровой площадке). Обсудите конкретный пример поведенческих ожиданий во внеклассной среде (используйте матрицу этических правил, разработанную Вашей командой школьной безопасности) и запишите их на доске.

Примеры могут включать следующее:

- Будь осторожен – Ходи по коридорам и по лестничным площадкам.
- Будь вежливым -Говори приятные вещи другим учащимся.
- Будь ответственным – Держи руки и ноги при себе.

И наконец, задайте учащемуся вопрос: зачем нам нужны этические правила школы? Что происходит, когда некоторые учащиеся данные этические правила и ведут себя неподобающим образом? Какое влияние оказывает на других учащихся несоблюдение некоторыми учащимися этических правил школы? Обсудите, насколько важным является соблюдение учащимися этических правил для создания безопасной и заботливой школьной среды.

ЭТИЧЕСКИЕ ПРАВИЛА В КЛАССЕ

Данное письменное задание призвано помочь учащимся понять, как этические правила школы воплощаются в классе. Учащиеся должны обсудить идеи о том, как они должны вести себя и какое поведение следует ожидать от других учащихся в классе.

Используя письменное задание, попросите учащихся обсудить и разработать этические правила в классе с учетом этических правил школы. Учащиеся могут работать в небольших группах, чтобы подготовить этические правила в классе, а затем вы можете обсудить их задания со всем классом. Несколько этических правил уже было включено в письменное задание; добавьте другие правила с учетом этических правил школы.

С помощью письменного задания попросите учащихся дать определение словам «достоинство» и «уважение». Спросите их: как проявить уважение к другим людям? Как заработать уважение других людей? Как вы распознаете, что кто-то проявляет уважение? Как вы чувствуете себя, когда вас не уважают? По каким причинам люди предпочитают проявлять неуважение? Могут ли люди научиться быть заботливыми и вежливыми?

Обсудите, как данные этические правила в классе связаны с этическими правилами школы и классной обстановкой, которые обсуждались в предыдущих двух письменных заданиях.

СОБЛЮДЕНИЕ ЭТИЧЕСКИХ ПРАВИЛ ШКОЛЫ

Данное письменное задание предназначено для того, чтобы помочь учащимся понять, почему так важны этические правила школы, и научить их соблюдать данные правила на ежедневной основе.

Используя письменное задание, попросите учащихся обсудить, почему так важны этические правила школы и как они способствуют созданию безопасной, заботливой и уважительной школьной среды. Попросите учащихся обсудить, какое воздействие оказывает нарушение этических правил школы на других учащихся и на школьную среду.

Далее, попросите учащихся оценить, являются ли конкретные примеры «положительными и соответствующими этическим правилам школы» или «отрицательными и нарушающими этические правила школы». После того, как все учащиеся выполнят упражнение, проанализируйте их всем классом. Выделите время, чтобы обсудить каждый из ответов с точки зрения, почему этот пример является «положительным и соответствующим этическим правилам школы» или почему эти примеры являются «отрицательными и нарушающими этические правила школы».



Положительный = Друг расстроен, и ты уделил ему время, чтобы выслушать его.

Отрицательный = Тебе требуется помощь, но ты никогда не помогаешь другим.

Отрицательный = Кто-то насмехается над тобой, поэтому ты оскорбляешь его.

Отрицательный = Кто-то забирает у тебя ручку, не спрашивая, поэтому ты бьешь его.

Положительный = Ваши друзья высмеивают другого ученика, и ты говоришь им, чтобы они прекратили это.

Отрицательный = Ты насмехаешься над тем, как выглядит другой ученик.

Отрицательный = Кто-то ругает тебя, поэтому ты бьешь его (обсудите, как оба ученика нарушили этические правила школы в этом примере и как нарушение данных правил содействует возникновению конфликтов и насилия между учащимися).

И наконец, попросите учащихся описать, как они хотят, чтобы другие люди относились к ним, и как они относятся к другим людям, когда проявляют вежливость. После выполнения ими этой части письменного задания попросите их обсудить свои идеи и мысли о том, как они должны относиться к другим с достоинством и уважением. Обсудите важную роль, которую они могут сыграть в оказании содействия всем, кто находится в школе.

ЭТИЧЕСКИЕ ПРАВИЛА ШКОЛЫ

Что представляют собой этические правила школы?



Как этические правила школы выглядят в классе?



Как этические правила школы выглядят во внеклассной обстановке (например, в столовой, коридорах, на лестничных и игровых площадках, в спортивном зале)?

ЭТИЧЕСКИЕ ПРАВИЛА В КЛАССЕ

В нашем классе мы должны:

Быть безопасными.

Относиться к другим так, как хотим, чтобы относились к нам с достоинством и уважением.

Принимать себя и других такими, какие мы есть.

Нести ответственность за наше поведение.

Познавать и учиться.

Не подвергаться издевательствам или боли.

СОБЛЮДЕНИЕ ЭТИЧЕСКИХ ПРАВИЛ ШКОЛЫ

Почему этические правила школы настолько важны?

Положительно или отрицательно?

Используй букву “П” или “О”, чтобы оценить, является ли нижеуказанная ситуация “положительной и соответствующей этическим правилам школы” или “отрицательной и нарушающей этические правила школы”.

___ Друг расстроен, и ты уделил время, чтобы выслушать его.

___ Ты требуешь помощи, но никогда не помогаешь другим.

___ Кто-то насмехается над тобой, поэтому ты оскорбляешь его.

___ Кто-то забирает у тебя ручку, не спрашивая, поэтому ты бьешь его.

___ Твои друзья высмеивают другого ученика, и ты говоришь им, чтобы они остановились.

___ Ты насмехаешься над тем, как выглядит другой ученик.

___ Кто-то обзывает тебя, поэтому ты его бьешь.

Как я хочу, чтобы другие относились ко мне . . .

Когда ко мне относятся с уважением, я отношусь к другим людям . . .



Обучение распознаванию школьного насилия



3-7 классы

Ниже приводятся указания касательно того, как использовать различные упражнения Урока 2. Данный урок включает в себя 4 письменных задания, которые должны преподаваться в хронологическом порядке учащимся с 3-го по 7-й классы, используя язык, соответствующий возрасту детей и их классу обучения. На объяснение и использование одного письменного задания следует затрачивать от 20 до 30 минут. Наилучшим вариантом будет преподавание учащимся одного письменного задания в неделю. Обычно выполнение всех письменных заданий данного урока занимает 4 недели (по одному письменному заданию в неделю).

ОСТАНОВИ НАСИЛИЕ В ШКОЛЕ

Данное двухстраничное письменное задание предназначено для того, чтобы помочь учащимся узнать, что представляет собой школьное насилие и различные виды школьного насилия. Данное письменное задание должно также помочь учащимся понять, какие виды поведения являются неуместными в школе.

С помощью письменного задания обсудите каждое из определений с учащимися и включите конкретные примеры того, что представляет собой каждый из различных типов школьного насилия. Задайте учащимся вопрос: что вы чувствуете, когда становитесь свидетелем школьного насилия? Что вы чувствуете, когда становитесь жертвой школьного насилия? Какое влияние оказывает школьное насилие на школьную среду и ваше чувство безопасности в школе?

Далее организуйте обсуждение учащимися конкретных сценариев школьного насилия, которые они пережили или наблюдали. Спросите, как они себя чувствовали? Спросите, что они сделали? Задайте вопрос, какое влияние они оказали на их чувство безопасности в школе?

Обсудите вред, наносимый школьным насилием школьной среде. Обсудите, почему важно иметь школьные правила, которые призваны остановить школьное насилие и создать безопасную, заботливую, и почтительную школьную среду для всех учащихся.

ПРЕКРАЩЕНИЕ ТЕЛЕСНЫХ НАКАЗАНИЙ

Данное письменное задание предназначено для того, чтобы помочь учащемуся узнать, что представляют собой телесные наказания, и понять, почему телесные наказания детей являются одной из форм школьного насилия и почему они должны быть остановлены.

Используя письменное задание, расскажите о том, что представляют собой телесные наказания и организуйте обсуждение среди учащихся о том, что они чувствуют, когда испытывают на себе и/или становятся свидетелями использования учителями телесных наказаний в школе.

Обсудите, почему важно, чтобы учителя подавали личный пример и не использовали насилие для поддержания дисциплины или контроля поведения учащихся. Обсудите соответствующие способы поддержания дисциплины и контроля, не связанные с насилием, которые могут использовать учителя.

Обсудите, с кем должны поговорить учащиеся и рассказать в случае, если они стали свидетелями и/или испытали на себе телесное наказание со стороны учителя или взрослого в школе для поддержания дисциплины и контроля поведения учащихся.

ВАША РЕАКЦИЯ ИМЕЕТ ЗНАЧЕНИЕ

Данное мероприятие призвано помочь учащимся понять, почему их реакция на случаи школьного насилия имеет значение. Следуйте шагам и объяснениям, изложенным в письменном задании по этому мероприятию для того, чтобы выполнить упражнение вместе с учащимися. Данное мероприятие /демонстрация поможет учащимся понять следующее задание «Останови, уйди, расскажи»

ОСТАНОВИ, УЙДИ, РАССКАЖИ

Данное двухстраничное письменное задание призвано помочь учащимся узнать, что делать, когда они видят насилие в школе, и с кем следует об этом поговорить.



Письменное задание предназначено для обучения учащихся реагированию посредством прекращения, ухода и сообщения. Данное упражнение включает в себя несколько ролевых игр. Важно, чтобы учитель сначала научил «останавливать», затем «останавливать и уходить», а затем «останавливать, уходить и рассказать». Данное пошаговое упражнение вместе с ролевой игрой следует практиковать в отношении различных видов школьного насилия (то есть психологического и физического насилия, вымогательства, сексуального насилия и домогательства, травли в различных формах и дискриминации) для того, чтобы учащиеся смогли попрактиковаться в использовании прекращения, ухода и сообщения для реагирования на каждый из видов школьного насилия. Они также должны попрактиковаться в том, как реагировать, когда одноклассник говорит им «остановись».

ОСТАНОВИ НАСИЛИЕ В ШКОЛЕ!

Все люди в школе, как учащиеся, так и взрослые, должны работать вместе для прекращения насилия в школах. Но что представляет собой школьное насилие? Как оно выглядит?

Школьное насилие представляет собой насилие среди молодежи, происходящее на школьной территории, или на пути в школу или из школы, по пути на мероприятие, проводимое школой, или во время такого мероприятия. Обсудите нижеуказанные различные формы школьного насилия с учащимися.

Психологическое насилие

Когда учащийся или взрослый использует ругательства, оскорбления, унижение, насмешки, унижительные и жестокие слова в отношении другого человека. Когда учащийся или взрослый угрожает другому человеку причинением физического вреда для того, чтобы запугать или утратить другого человека.

Физическое насилие

Когда учащийся или взрослый использует физическую силу против другого человека, например, удары, толчки, битье, пинки, удушение, таскание за волосы, тряску и атаку с предметом или оружием. Физическое насилие часто может причинять вред или травму человеку.

Вымогательство

Когда учащийся или группа учащихся требует деньги или другие личные вещи у другого учащегося, часто угрожая применить физическое насилие или нанести вред, если учащийся не отдает им то, что они хотят.

Высказывания и притеснения сексуального характера

Когда учащийся делает нежелательные замечания или физические действия сексуального характера или совершает физическое домогательство, носящее сексуальный характер, по отношению к другому учащемуся. Или взрослый совершает аналогичные действия в отношении ребенка.

Травля со стороны сверстников

Нежелательное, агрессивное поведение среди детей школьного возраста, которое ведет к реальному или кажущемуся нарушению баланса сил на основе возраста, телосложения или социального статуса. Поведение повторяется или имеет потенциал повторения с течением времени. Травля включает такие действия, как угрозы, распространение слухов, физическое или словесное нападение и умышленное исключение кого-либо из группы.

Словесное издевательство

Поддразнивание, брань, неуместные замечания сексуального характера, насмешки, угроза нанесения вреда.

Социальное издевательство

Умышленное распространение слухов и сплетен с намерением испортить чью-то репутацию или отношения, умышленное игнорирование кого-либо, настраивание одних учащихся не дружить с кем-либо и публичное смущение кого-либо.

Физическое издевательство

Использование физической силы, чтобы нанести вред телу или вещам человека.

Издевательство с использованием современных средств коммуникации (кибербуллинг)

Когда учащийся использует интернет или другую технологию для домогательств, угроз или смущения другого учащегося, например, путем показа или отправки неприятных, вульгарных, жестоких СМС и размещения личной информации, фотографий или видео в интернете, для причинения боли или смущения другого учащегося.

Дискриминация

Наносящее ущерб или особое обращение к учащемуся, основанное на его/ее половой принадлежности, национальности, этническом или социально-экономическом положении, вероисповедании или инвалидности.

ОСТАНОВИТЕ ТЕЛЕСНЫЕ НАКАЗАНИЯ!

Некоторые взрослые считают нормальным использование физической силы или телесных наказаний для поддержания дисциплины и контроля над детьми. Однако телесные наказания являются одной из форм насилия в отношении детей. Давайте работать вместе, чтобы остановить применение телесных наказаний в школе!

ОСТАНОВИТЕ ТЕЛЕСНЫЕ НАКАЗАНИЯ!

Любая мера дисциплинарного воздействия или наказания, использующая физическую силу и предназначенная для причинения некоторой степени боли или дискомфорта, включая нанесение ударов, пощечины, шлепание детей рукой или предметом, тинки, тряска или швыряние ребенка, царапание, щипание, кусание, таскание за волосы, нанесение ударов по ушам, принуждение ребенка стоять в неудобном положении, прижигание, промывание рта ребенка мылом или принуждение к глотанию острых специй.



Необходимые материалы:

- маленькая свеча;
- прозрачный стакан, которым можно накрыть свечу;
- спички или зажигалка.



Процедура:

1. Сравните огонь и проблемное поведение в школе (зажгите свечу).
 - а. Объясните, что они оба могут быть яркими и оба могут нанести вред.
2. Объясните, что проблемному поведению для его сохранения необходимо внимание со стороны сверстников, также, как свече необходим кислород, чтобы продолжать гореть.
3. Обсудите различные формы внимания со стороны сверстников. Например, даже если ребенок непосредственно не вовлечен в школьное насилие, он может по-прежнему содействовать плохому поведению. Четыре косвенные роли, которые часто играют дети, когда они становятся очевидцами школьного насилия:
 - а. Дети, которые помогают – эти дети могут не инициировать или играть ведущую роль в школьном насилии, но они служат в качестве «помощников» для детей, которые совершают насилие. Эти дети могут поощрять поведение, связанное с насилием и издевательствами, и иногда присоединиться к нему.
 - б. Дети, которые усиливают – эти дети непосредственно не вовлечены в акты насилия, но они служат в качестве «аудитории». Они будут часто смеяться или оказывать поддержку лицам, совершающим школьное насилие, что будет поощрять тех продолжать свое поведение.
 - в. Аутсайдеры – эти дети стоят в стороне от ситуации насилия, они могут смотреть, что происходит, но не реагируют на ситуацию, чтобы не показать, что они находятся на чьей-то стороне. Они ни усиливают насилие, ни защищают ребенка, ставшего жертвой. Но они обеспечивают аудиторию для насилия, что поощряет нарушителей продолжать их действия.

- г. Дети, которые защищают – эти дети активно оказывают поддержку ребенку, ставшему жертвой школьного насилия, и могут встать на защиту ребенка в случае возникновения насилия.
4. Объясните, что устранение внимания со стороны сверстников подобно лишению свечи кислорода (накройте горящую свечу стаканом из прозрачного стекла и наблюдайте, как пламя медленно угасает).
5. Учащиеся могут отвлечь внимание сверстников посредством выбора одной из четырех стратегий в зависимости от ситуации и уровня поддержки:
- а. Уйти и не быть частью «зрителей».
 - б. Оказать поддержку ребенку, который стал жертвой.
 - в. Сообщить об издевательствах ответственному взрослому.
 - г. Быть напористым и сказать ребенку, совершающему издевательства, чтобы он прекратил издевательства.

Чем больше присутствует сверстников, тем дольше длится эпизод насилия/издевательства.

Аудитория в лице сверстников дает силу хулигану/нарушителю.

Вмешательство сверстников во многих случаях может **ОСТАНОВИТЬ НАСИЛИЕ** в течение 10 СЕКУНД, независимо от стратегии.

Учащихся необходимо научить **ВСТАВАТЬ ПРОТИВ** школьного насилия, а не **СТОЯТЬ В СТОРОНЕ**.



Что ты делаешь, когда видишь насилие в школе? С кем ты говоришь?

Когда ты видишь любую форму насилия в школе ...

ОСТАНОВИ ...

УЙДИ ...

РАССКАЖИ

Попробуйте каждый из 3 шагов с учащимися и убедитесь, что они их понимают. Это должно включать примеры 3-шагового реагирования на ситуации психологического, физического насилия и травли.

1. Останови

- Научите учащихся говорить «Остановись», когда они становятся свидетелями или испытывают на себе проблемное поведение в школе (любая из форм школьного насилия, определенных на предыдущих страницах).
- Смоделируйте ситуации, когда учащиеся могут сказать «Остановись» при столкновении с проблемным поведением или когда видят, как другой ученик сталкивается с проблемным поведением в школе.
- Попрактикуйтесь в упражнении «Остановись», призывая добровольцев выйти перед классом для того, чтобы сыграть нижеприведенные примеры и попрактиковаться с произношением слова «Остановись».
- Объясните учащимся, как отвечать другим, используя сигнал «Остановись».
- Учащиеся должны по очереди становиться мишенью и подстрекателем проблемного поведения.



Примеры ситуаций, когда следует использовать стоп-сигнал, могут включать следующее:

- Дамир снова и снова бьет по спине Игоря во время занятий в классе.
- Айсулу дразнит Айгуль и использует оскорбительные и вульгарные ругательства.
- Дамир говорит Арману, чтобы он приносил ему деньги каждую неделю, в противном случае он избьет его.
- Татьяна толкает и ставит подножку Виолетте в коридоре. Виолетта злится и хватается Татьяну за волосы.

ВАЖНОЕ ПРИМЕЧАНИЕ!

Если какой-либо учащийся находится в опасности, необходимо пропустить шаги «Останови» и «Уйди» и немедленно доложить о происшествии взрослому.

Безопасность учащегося превыше всего!

2. Уйди

Иногда, даже если один учащийся говорит другому «Остановись», проблемное поведение продолжается. В этом случае, учащиеся должны «УЙТИ» от проблемного поведения.

- Смоделируйте «Уйди» для случаев, когда учащиеся сталкиваются с продолжением проблемного поведения или когда они видят, что другой учащийся сталкивается с продолжением проблемного поведения.
 - о Напомните учащимся, что уход лишает проблемное поведение поддержки.
 - о Научите учащихся поощрять друг друга, когда они используют соответствующее реагирование.
- Попрактикуйтесь в «Уйди», призывая добровольцев выйти перед классом для разыгрывания примеров с предыдущей страницы.

Учащихся необходимо научить ВСТАВАТЬ ПРОТИВ школьного насилия, а не стоять в стороне!

Вмешательство сверстников во многих случаях может ОСТАНОВИТЬ НАСИЛИЕ в течение 10 СЕКУНД!

3. Расскажи

Объясните учащимся, что даже когда они используют действия «ОСТАНОВИСЬ» и «УЙДИ», неподобающее поведение будет иногда продолжаться. В таких случаях учащиеся должны «рассказать» взрослому (учителю или члену Команды школьной безопасности) о том, что происходит с ними.

- Учащимся следует использовать действие «Расскажи», когда они сталкиваются с продолжением проблемного поведения или когда они видят, что другой учащийся сталкивается с продолжением проблемного поведения

Обязательно обсудите разницу между «рассказом/информированием» и «ябедничеством/доносительством»:

Ябедничество/Доносительство = Попытка вовлечь кого-либо в беду.

Рассказ/Информирование = Попытка вызволить кого-либо из беды.

Опишите учащимся, какую реакцию взрослых им следует ожидать от «Расскажи».

- Взрослые попросят вас объяснить, что случилось, где это произошло, кто участвовал и кто был свидетелем этой проблемы.
- Взрослые будут благодарны вам за то, что вы обратились к ним.
- Взрослые вознаградят вас за правильное поведение.

Попрактикуйтесь в «Расскажи» с учащимися-добровольцами перед классом, используя примеры с предыдущей страницы. Учащихся также следует поощрять практиковаться в сценарии, с которым они лично столкнулись.

Развитие положительного характера



3-7 классы

Ниже приводятся указания касательно того, как использовать различные упражнения Урока 3. Данный урок включает в себя 4 письменных задания, которые должны преподаваться в хронологическом порядке учащимся с 3-го по 7-й классы, используя язык, соответствующий возрасту детей и их классу обучения. На объяснение и использование одного письменного задания следует затрачивать от 20 до 30 минут. Наилучшим вариантом будет преподавание учащимся одного письменного задания в неделю. Обычно выполнение всех письменных заданий данного урока занимает 4 недели (по одному письменному заданию в неделю).

ОБЛАДАЕШЬ ЛИ ТЫ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫМ ХАРАКТЕРОМ?

Данное письменное задание предназначено помочь учащимся лучше понять смысл слова «характер», что представляет собой положительный характер и как положительный характер способствует осуществлению лучшего выбора.

С помощью письменного задания попросите учащихся определить, что означает для них положительный характер. После того, как все ученики самостоятельно выполняют это задание, напишите слова «положительный характер» на доске и попросите учеников поделиться их списком слов, которые они относят к проявлениям положительного характера.

Далее ученики должны выполнить упражнения и выявить положительные качества, которыми они обладают, и положительные качества, которыми обладает их одноклассник (попросите учеников взять интервью у одноклассника, сидящего рядом с ним). После того, как они выполняют письменное задание, попросите их поделиться с большей группой одноклассников своими положительными качествами и положительными качествами их одноклассников.

Кроме того, попросите их назвать некоторых людей, которые, по их мнению, имеют положительный характер (это могут быть люди, которых они знают или известные люди), и как они могут сказать, что человек имеет положительный характер.

Далее обсудите, как положительный характер помогает им в школе и в жизни. Обсудите, как этические правила школы призваны помочь ученикам развивать положительный характер.

КТО ЯВЛЯЕТСЯ НАСТОЯЩИМ ДРУГОМ?

Данное письменное задание призвано помочь ученику получить более глубокое понимание их характера в качестве друга и определения качеств хорошего друга.

Весь класс должен подготовить список характерных черт хорошего друга. Задайте учащимся вопрос: легко ли найти друга, которому действительно можно доверять и на которого можно рассчитывать?

Друзья имеют огромное значение, поскольку они могут влиять на наше поведение положительным или отрицательным образом, и в качестве друга вы можете повлиять на поведение ваших друзей положительным или отрицательным образом. Таким образом, важно иметь хороших друзей и быть хорошим другом.

Попросите учеников заполнить письменное задание «Кто является подлинным другом?». После окончания выполнения задания проведите с учениками обсуждение их ответов касательно качеств настоящего друга и помогите им понять качества настоящего друга.



КАК НАЙТИ ДРУЗЕЙ?

Данное письменное задание предназначено помочь ученикам в анализе их ключевых требований к другу и определении истинного смысла дружбы.

Попросите учеников заполнить письменное задание. После того, как они закончат письменное задание, обсудите, почему важно быть осторожным при выборе своих друзей. Обсудите качества, которые важны в друге. Обсудите с детьми, как заводить хороших друзей и что делать, если ваши друзья не ведут себя, как настоящий друг. Задайте вопрос учащимся: почему кто-то причиняет боль своим друзьям, пытаясь завоевать популярность? Пытаются ли настоящие друзья вовлечь друг друга в беду, вынуждая делать плохой выбор?

ДЕЛИТЬСЯ ИЛИ НЕ ДЕЛИТЬСЯ?

Данное письменное задание призвано помочь ученику понять, что некоторая информация является закрытой и не должна раскрываться, в то время как другая информация является открытой и ею можно делиться с другими. Это задание также призвано помочь учащимся понять, какая информация является приемлемой для обмена и с кем им следует делиться ею, и что когда происходят случаи школьного насилия, они должны поделиться информацией со взрослым в школе о том, что произошло.

Дайте ученикам письменное задание «Делиться или не делиться» и попросите его выполнить. Ученики оценивают информацию на предмет того, можно ли ею поделиться (открытая информация) или нельзя (закрытая информация). Ученики также должны определить, кому они могут рассказать эту информацию.

Инструктор должен начать с обсуждения разницы между закрытой и открытой информацией и с кем они должны обмениваться информацией. Важно также, чтобы инструктор объяснил, что в случае происшествий, связанных со школьным насилием, этой информацией следует поделиться со взрослым в школе, например, с учителем или членом Команды школьной безопасности, который может отреагировать соответствующим образом на происшествие и его участников. Назовите тех, кто входит в состав Команды школьной безопасности и объясните, что ученики могут поговорить с любым членом Команды школьной безопасности о проблемах, которые у них возникли в школе или о каких-либо инцидентах, связанных со школьным насилием, свидетелями которых они стали и/или испытали на себе. Объясните ученикам, как они могут поговорить с любым членом Команды школьной безопасности и как Команда будет реагировать.

Ниже приводятся правильные ответы для письменного задания

Ситуация	Не делиться	Поделиться	Поделиться с кем?
Твои друзья говорят о драке с кем-то после школы.		X	Расскажи взрослому в школе
Одноклассник продолжает просить тебя списать домашнее задание.		X	Расскажи взрослому в школе и своим родителям
Девочка в вашем классе любит мальчика в вашем классе, и ты думаешь, что знаешь, кого она любит	X		
Кто-то, кого ты знаешь, выложил отрицательные фотографии одноклассника в Интернете.		X	Расскажи взрослому в школе
Ты видел, как кто-то списывал во время контрольной.		X	Расскажи взрослому в школе
Ты получил хорошие оценки в конце четверти.		X	Расскажи своим родителям

Тебя выбрали для участия в школьном представлении.		X	Расскажи своей семье и друзьям
У твоего друга возникли проблемы с родителями.		X	Расскажи своим родителям
Ты видишь каждый день, как мальчик в школе ставит подножки и толкает другого мальчика в коридоре.		X	Расскажи взрослому в школе
Каждый день после школы ты видишь группу учеников, высмеивающих других учеников.		X	Расскажи взрослому в школе
Ваша семья собирается поехать этим летом в Москву.	X		
Ты пошел в школьный туалет и увидел драку одного ученика с другим учеником.		X	Расскажи взрослому в школе
Твой папа получил новую работу, так что тебе придется переехать в другой город и оставить школу.		X	Расскажи своему учителю и друзьям
Дети, которых ты знаешь, используют свои мобильные телефоны для отправки обидных или злых СМС-сообщений ученику.		X	Расскажи взрослому в школе
Некоторые из твоих одноклассников высмеивают девочку в классе из-за ее внешнего вида.		X	Расскажи взрослому в школе
Дети в школе распространяли слухи о тебе, которые не соответствуют действительности.		X	Расскажи взрослому в школе и своим родителям
Ты видел, как двое учеников отобрали деньги у другого ученика.		X	Расскажи взрослому в школе

Обсудите с учащимися разницу между ябедничеством/доносительством и разговором/информированием. Помогите им понять, что когда они рассказывают взрослым в школе о случаях школьного насилия, они не ябедничают (пытаются навлечь на кого-то беду), скорее они пытаются вызволить кого-то из беды. Ученик с проблемным поведением не обязательно будет дисциплинирован, но ему будет предоставлены дополнительные указания, как ему научиться соблюдать школьные правила и развить соответствующее поведение.

**Ябедничество/Доносительство =
Попытка вовлечь кого-либо в беду.**

**Разговор/Информирование =
Попытка вызволить кого-либо из беды.**

ОБЛАДАЕШЬ ЛИ ТЫ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫМ ХАРАКТЕРОМ?

В нашей школе
мы развиваем
положительный
характер!

Что для тебя означает обладать
положительным характером?

Положительные
качества, которыми
ты обладаешь

Положительные
качества, которыми
обладает твой
одноклассник

Можешь ли ты назвать
некоторых людей
с положительным
характером? Кого ты
можешь назвать?

Как положительный характер
помогает нам в школе и в жизни?

КТО ЯВЛЯЕТСЯ НАСТОЯЩИМ ДРУГОМ?

Настоящим другом является тот человек, который ...

принимает тебя таким, какой ты есть	ПРАВДА ИЛИ ЛОЖЬ
заставляет тебя совершать такие поступки, которые могут навлечь беду	ПРАВДА ИЛИ ЛОЖЬ
заботится о том, как ты себя чувствуешь	ПРАВДА ИЛИ ЛОЖЬ
часто критикует тебя	ПРАВДА ИЛИ ЛОЖЬ
уделяет время, чтобы помочь	ПРАВДА ИЛИ ЛОЖЬ
звонит тебе, только когда ему что-то надо	ПРАВДА ИЛИ ЛОЖЬ
ты можешь позвонить, если необходимо поговорить о чем-либо	ПРАВДА ИЛИ ЛОЖЬ
берет твои личные вещи без спроса	ПРАВДА ИЛИ ЛОЖЬ
командует/грубо обращается с тобой	ПРАВДА ИЛИ ЛОЖЬ
время от времени ругает тебя так, что ранит твои чувства	ПРАВДА ИЛИ ЛОЖЬ
чтобы оставаться его другом, требует, чтобы ты сделал что-то, что ты не хочешь делать	ПРАВДА ИЛИ ЛОЖЬ

Опиши качества, которые ты ищешь в друге

Есть ли у тебя друг, на которого ты можете рассчитывать?

___ да ___ нет. Что тебе нравится в твоём друге?

КАК НАЙТИ ДРУЗЕЙ?

Почему важно быть внимательным при выборе друзей?

Насколько важно для тебя каждое из нижеперечисленного при выборе друга?

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> с ним весело проводить время | <input type="checkbox"/> хороший спортсмен |
| <input type="checkbox"/> заступает за других | <input type="checkbox"/> добрый |
| <input type="checkbox"/> властный | <input type="checkbox"/> творческий |
| <input type="checkbox"/> ответственный | <input type="checkbox"/> любит школу |
| <input type="checkbox"/> контролирующий | <input type="checkbox"/> справедливый |
| <input type="checkbox"/> не делится | <input type="checkbox"/> смешной |
| <input type="checkbox"/> любит посплетничать | <input type="checkbox"/> великодушный |
| <input type="checkbox"/> умный | <input type="checkbox"/> злой |
| <input type="checkbox"/> громкий | <input type="checkbox"/> эгоистичный |
| <input type="checkbox"/> доверчивый | <input type="checkbox"/> суровый |
| <input type="checkbox"/> хороший слушатель | <input type="checkbox"/> энергичный |
| <input type="checkbox"/> мотивированный | <input type="checkbox"/> тихий |
| <input type="checkbox"/> хорошо выглядит | <input type="checkbox"/> любит спорт |
| <input type="checkbox"/> надежный | <input type="checkbox"/> ладит с другими |

ДЕЛИТЬСЯ ИЛИ НЕ ДЕЛИТЬСЯ?

Прочитай следующие ситуации и реши, является ли это информацией, которую ты должен держать при себе, или ею можно поделиться, а затем отметь соответствующую ячейку. Если ты можешь поделиться информацией, напиши с кем, по твоему мнению, ты можешь поделиться ею. Будь готов объяснить свои ответы.

Ситуация	Не делиться	Поделиться	Поделиться с кем?
Твои друзья говорят о драке с кем-то после школы.			
Одноклассник продолжает просить тебя списать домашнее задание.			
Девочка в вашем классе любит мальчика в вашем классе, и ты думаешь, что знаешь, кого она любит			
Кто-то, кого ты знаешь, выложил отрицательные фотографии одноклассника в Интернете.			
Ты видел, как кто-то списывал во время контрольной.			
Ты получил хорошие оценки в конце четверти.			
Тебя выбрали для участия в школьном представлении.			
У твоего друга возникли проблемы с родителями.			
Ты видишь каждый день, как мальчик в школе ставит подножки и толкает другого мальчика в коридоре.			
Каждый день после школы ты видишь группу учеников, высмеивающих других учеников.			
Ваша семья собирается поехать этим летом в Москву.			
Ты пошел в школьный туалет и увидел драку одного ученика с другим учеником.			
Твой папа получил новую работу, так что тебе придется переехать в другой город и оставить школу.			
Дети, которых ты знаешь, используют свои мобильные телефоны для отправки обидных или злых СМС-сообщений ученику.			
Некоторые из твоих одноклассников высмеивают девочку в классе из-за ее внешнего вида.			
Дети в школе распространяли слухи о тебе, которые не соответствуют действительности.			
Ты видел, как двое учеников отобрали деньги у другого ученика.			

Понимание своих мыслей, чувств и действий



3-7 классы

Ниже приводятся указания касательно того, как использовать различные упражнения Урока 4. Данный урок включает в себя 5 письменных заданий, которые должны преподаваться в хронологическом порядке учащимся с 3-го по 7-й классы, используя язык, соответствующий возрасту детей и их классу обучения. На объяснение и использование одного письменного задания следует затрачивать от 20 до 30 минут. Наилучшим вариантом будет преподавание учащимся одного письменного задания в неделю. Обычно выполнение всех письменных заданий данного урока занимает 5 недель (по одному письменному заданию в неделю).

ВСЕ ВЗАИМОСВЯЗАНО

Данное письменное задание предназначено помочь ученикам в изучении того, что все мысли, эмоции, подходы и действия взаимосвязаны. Это также поможет ученикам понять, как они чувствуют себя в различных ситуациях и как их выбор влияет на их действия.

Спросите учащихся: Что представляют собой эмоции? Какие ситуации могут вызвать их изменение? Кто-нибудь когда-либо испытывал подъемы и спады и изменения в своих эмоциях? Как вы думаете, почему это происходит?

Попросите учеников выполнить письменное задание, включая определение своих мыслей, чувств, отношений и действий в каждом из сценариев. Кроме того, попросите их использовать символы эмоций, чтобы лучше всего описать свои эмоции.

Ученики часто сталкиваются с непростым выбором или оказываются в сложных ситуациях. Обсудите, как установить связь между их чувствами и отношением к ситуации и/или людям. Поговорите о сочувствии и о том, как понимать чувства других людей. Задайте вопрос учащимся: Почему важно сочувствие? Какое влияние оно оказывает на ваши ситуации?

ЧТО ДЕЛАТЬ, КОГДА ТЫ СЕРДИШЬСЯ?

Данное письменное задание предназначено помочь ученикам в изучении способа, помогающего им понять, как оставаться спокойным и разрешать конфликты мирным способом, когда они рассержены.

Напишите слова «конфликт» и «гнев» на доске. Задайте вопрос учащимся: что означают эти слова и как они связаны? Конфликт является естественной частью жизни, но обычно неприятной частью жизни. Гнев также является естественной эмоцией, которая обычно также не является приятной. Конфликт с кем-то часто может рассердить вас, и пребывание в состоянии гнева часто вызывает конфликты с другими людьми. Задайте вопрос учащимся: как трудно совладать с конфликтом, когда вы расстроены?

Уделите время для анализа и обсуждения всей необходимой информации в письменном задании «Стой, подумай, выбирай». Объясните, что когда вы сердитесь и находитесь в состоянии гнева, вы не должны реагировать. В этот момент вам нужно остановиться, перевести дыхание и успокоиться. Вам нужно подумать о том, как вы себя чувствуете, а также какие чувства испытывает другой человек. Вы никогда не должны реагировать, когда вы находитесь в состоянии гнева. Вам нужно подождать, пока вы не успокоитесь, чтобы сделать свой выбор и отреагировать.

ГНЕВ



Данное письменное задание призвано помочь ученику определить, что приводит его в состояние гнева и как он реагирует на него.

Используя письменное задание, обсудите, как каждый из нас может реагировать по-разному в одинаковой ситуации. Почему это происходит? Обладаем ли мы всеми возможными уровнями толерантности?

Всей группой составьте список вещей, которые класс должен уважать друг в друге и избегать того, чтобы рассердить друг друга. Задайте учащимся вопрос: как вы можете дать знать другим людям, что вы расстроены и готовы взорваться?

ЧТО БЫ ТЫ СДЕЛАЛ?

Данное письменное задание призвано помочь учащимся понять взаимосвязь между их эмоциями и реакцией на различные ситуации.

Попросите учеников заполнить письменное задание и затем используйте письменное задание для того, чтобы попросить учеников описать, как они могли бы реагировать на различные ситуации в реальной жизни, с которыми в жизни сталкиваются многие дети со своими друзьями, семьей, в школе и в своем дворе/квартале.

Задайте учащимся вопрос: что вы подразумеваете под словом «предсказание»? Вы когда-нибудь реагировали на ситуацию, прежде чем подумать? Что произойдет, если вы воспользуетесь моментом, чтобы подумать, прежде чем реагировать? Могу ли я предсказать, что может случиться? Хотели бы вы затратить некоторое время, чтобы подумать, прежде чем сделать или сказать что-то? Как можно исправить эти ситуации?

ТО, КАК ТЫ РЕАГИРУЕШЬ, ИМЕЕТ ЗНАЧЕНИЕ

Данное письменное задание предназначено помочь ученикам в понимании того, как обращение внимания на свое отношение может помочь им справиться с проблемами положительным способом.

Попросите учеников выполнить письменное задание. После того, как ученики закончат письменное задание, обсудите со всем классом различные позитивные и негативные способы реагирования для разбора каждой ситуации. Обсудите, почему один подход является позитивным, а другой является отрицательным, и различия между двумя подходами.

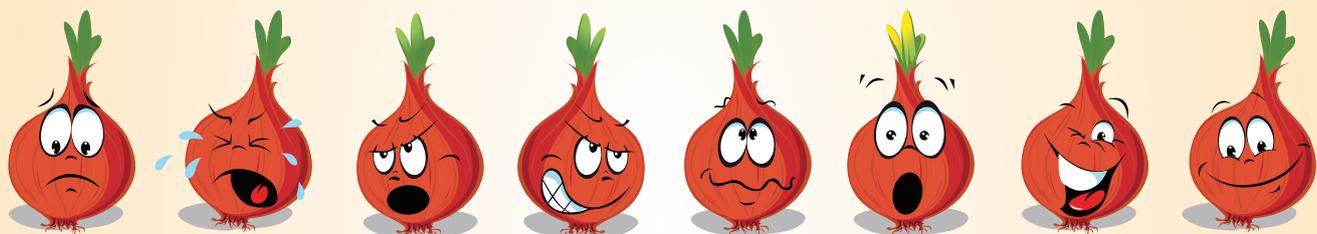
Задайте учащимся вопрос: кто контролирует ваше отношение? Что происходит, когда у них имеется негативное отношение, и как оно отрицательно влияет на способ решения проблем в жизни? Как вы можете начать свой день с положительным отношением и изменить исход того, что происходит?



ВСЕ ВЗАИМОСВЯЗАНО!

Давайте посмотрим, как наши мысли, чувства, отношения и действия могут повлиять друг на друга

Ситуация	Твои мысли	Эмоция	Твои Чувства	Твое отношение	Твои действия
Твои друзья не приглашают тебя покушать пиццу с ними.	Возможно, я им не нравлюсь.		Я чувствую боль и грусть	Мне все равно!	Я буду просто игнорировать их.
Ты очень старался, но не смог успешно написать контрольную, как надеялся.					
Тебя обвиняют в том, чего ты не делал.					
Кто-то распространил слухи о тебе, которые не являются правдой.					
Твой учитель задает тебе вопрос в классе, ты не знаешь ответа, а твои одноклассники смеются.					
Мальчик начинает драку с тобой и рвет твою рубашку.					
Один из твоих одноклассников регулярно насмехается над тобой.					



ЧТО ДЕЛАТЬ, КОГДА ТЫ СЕРДИШЬСЯ?

Осознай, что ты сердишься.

Сделай глубокий вдох.

Успокойся.

Подумай, как ты себя чувствуешь.

Подумай, как чувствует себя другой человек.



СТОЙ

Спроси себя:

В чём проблема?

Какие имеются варианты?

Каковы возможные решения?

Какими будут последствия твоих действий?



ПОДУМАЙ

Поговори со взрослым, которому ты доверяешь, чтобы получить поддержку.

Сделай свой выбор.



ВЫБИРАЙ

ГНЕВ

Что заставляет тебя злиться?

Как часто ты злишься?

**Что происходит с твоим телом,
когда ты злишься?**

**Что ты делаешь, когда
чувствуешь злость?**

ЧТО БЫ ТЫ СДЕЛАЛ?

Ситуация с другом

Твой друг начинает распространять о тебе слухи, в результате чего ты перестанешь нравиться другим ребятам.

Предскажи, что бы ты сделал?

Что бы ты чувствовал?

Ситуация в семье

Твой братишка испортил домашнюю работу, которую ты приготовил в школу.

Предскажи, что бы ты сделал?

Что бы ты чувствовал?

Ситуация в школе

Твой учитель использует телесное наказание, чтобы приучить тебя к дисциплине в классе.

Предскажи, что бы ты сделал?

Что бы ты чувствовал?

Ситуация в семье

Мальчик, который живет по соседству с твоей семьей, водится с группой хулиганов в школе, и они часто придираются к тебе.

Предскажи, что бы ты сделал?

Что бы ты чувствовал?

ТО, КАК ТЫ РЕАГИРУЕШЬ, ИМЕЕТ ЗНАЧЕНИЕ!

У всех у нас есть проблемы, но значение имеет то, как мы реагируем на вызовы.

Ситуация	Опиши положительный способ решения проблемы	Опиши отрицательный способ решения проблемы
Кто-то заставляет тебя сделать что-то, что, по твоему мнению, является неправильным.		
Друг, которому ты доверяешь, распространяет слухи о тебе в школе.		
Ты находишься в плохом настроении и хочешь крикнуть, когда твой учитель говорит тебе: «Будь внимательным в классе».		
Одноклассник требует, чтобы ты отдал ему свои деньги, предназначенные для обеда.		
Группа учеников высмеивает тебя и твоего друга.		
Одноклассник берет твое домашнее задание каждый день и списывает его.		

Уважай себя и других

3-7 классы

Ниже приводятся указания касательно того, как использовать различные упражнения Урока 5. Данный урок включает в себя 4 письменных задания, которые должны преподаваться в хронологическом порядке учащимся с 3-го по 7-й классы, используя язык, соответствующий возрасту детей и их классу обучения. На объяснение и выполнение одного письменного задания следует затрачивать от 20 до 30 минут. Наилучшим вариантом будет преподавание учащимся одного письменного задания в неделю. Обычно выполнение всех письменных заданий данного урока занимает 4 недели (по одному письменному заданию в неделю).

ИЗВИНЕНИЕ И ПРОЩЕНИЕ

Данное письменное задание призвано помочь ученикам научиться просить прощение и прощать. Оно также вводит понятие «ответственность».

Попросите учеников выполнить письменное задание. После выполнения письменного задания попросите учащихся объяснить, что означает «извинение» и «прощение», и дайте примеры случаев, когда требуется каждое из них. Задайте учащимся вопрос: нормально ли обижать кого-либо? Почему важно попросить прощения, если ты сделал кому-то больно? Способствует ли извинение облегчению боли? Почему одинаково важно принимать извинения и просить о прощении?

Проведите некоторые ролевые игры, в которых ученики смогут практиковаться в принесении извинений друг другу: 1) взгляните на человека, 2) скажите, что вы имеете в виду, 3) используйте уважительные слова, и 4) предложите план, устраивающий обе стороны. Подчеркните, что для того, чтобы просить прощения и прощать друг друга, требуется мужество. Важно подтвердить правильность того, что ученики расстраиваются или сердятся, когда кто-то обращается с ними неуважительным образом. Чтобы ладить с другими людьми, они должны научиться обмениваться извинениями и прощениями.

БЫТЬ ЧЕСТНЫМ

Данное письменное задание призвано помочь ученику узнать о честности и последствиях нечестности.

Попросите учеников выполнить письменное задание. После выполнения письменного задания обсудите их ответы на каждый из вопросов и попросите их поделиться своими ответами. Рассмотрите, что ученики узнали о преимуществах быть честным и о последствиях нечестности. Задайте учащимся вопрос: как честность влияет на ваши отношения с другими учениками? С учителями? С вашими родителями?

ХОРОШИЕ МАНЕРЫ – ПЛОХИЕ МАНЕРЫ

Данное письменное задание призвано помочь ученику узнать о манерах и понять, что представляют собой такие хорошие манеры и черты характера, как честность и уважение.

Ученики должны заполнить письменное задание и оценить поведение как хорошее или плохое. После того, как ученики закончат выполнять письменное задание, рассмотрите каждый из приведенных сценариев, и обсудите, почему они свидетельствуют о хороших или плохих манерах. Задайте учащимся вопрос: насколько легко было дать оценку поведению? Посчитали ли некоторые из них, что какое-то поведение представляет собой хорошие манеры, в то время как другие полагали, что оно представляет собой плохие манеры? Почему мы определяем ситуации по-разному? Обсудите, как поведение ученика может повлиять на его восприятие людьми? Также, для тех ситуаций, в которых представлены плохие манеры, обсудите с учениками как можно изменить ситуацию, чтобы проявились хорошие манеры.

ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ ВСЕМ!

Данное письменное задание призвано помочь ученику понять концепцию «включение» (т.е. участие каждого) и определить способы избежать исключения других.

Ученик должен выполнить письменное задание. После завершения выполнения учениками письменного задания, обсудите со всем классом понятие «исключение». Задайте учащимся вопрос: вы когда-нибудь чувствовали себя исключенными? Как вы себя чувствовали? Вы просили кого-нибудь о помощи? Обсудите с учащимися, что чувствуют люди, когда их исключают или игнорируют вследствие их половой принадлежности, национальности, культуры или способностей.

Ознакомьте учеников с понятием «включение» (т.е. участие каждого). Задайте учащимся вопрос: где вы наблюдаете ситуации включения в школе? Как вы себя чувствуете, когда вы включены во что-то? Как вы можете обеспечить включение/участие каждого человека?

ИЗВИНЕНИЕ И ПРОЩЕНИЕ

Никто не совершенен и время от времени мы все должны...

Один случай, когда мне необходимо было извиниться, произошел...

Самым трудным в извинении
было ...

Я рад, что попросил прощения,
потому что ...

Один случай, когда мне необходимо было принять извинение,
произошел ...

Самым трудным в принятии
извинения было ...

Я рад, что принял извинение,
потому что ...

БЫТЬ ЧЕСТНЫМ

Дай определение честности. _____

Важна ли честность? _____ Да _____ Нет

Почему важна честность? _____

Что ты чувствуешь, когда кто-то нечестен с тобой? _____

Что ты чувствуешь, когда кто-то честен с тобой? _____

Напиши два абзаца: один о том, как нечестность может повлиять на твои отношения с другими людьми, и другой абзац о том, как честность меняет положение к лучшему

Нечестность

Честность

ХОРОШИЕ МАНЕРЫ - ПЛОХИЕ МАНЕРЫ

Ты когда-нибудь думал о том, как некоторые люди ведут себя в общественных местах? Дай оценку следующим ситуациям с точки зрения хороших или плохих манер. Если это плохие манеры, объясни, как можно улучшить ситуацию.

Дамир любит быть в центре внимания, он постоянно разговаривает, когда говорит учитель, и не проявляет внимание в классе.

Хорошая манера

Плохая манера

Айсулу убирает за собой после работы над школьным проектом.

Хорошая манера

Плохая манера

Мира любит хвастаться тем, насколько она хороша во всем.

Хорошая манера

Плохая манера

Игорь игнорирует учеников, которых он не считает крутыми.

Хорошая манера

Плохая манера

Айгуль никогда не извиняется, когда совершает ошибки.

Хорошая манера

Плохая манера

Талгат всегда любит насмехаться над своими одноклассниками.

Хорошая манера

Плохая манера

ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ ВСЕМ!

Когда мы
включаем всех,
мы являемся
сильной
группой.



Как бы ты чувствовал себя, если бы тебя исключили из чего-нибудь (т.е. ты бы не принимал участия)?

Как ты думаешь, другие могут испытывать такие же чувства, когда их исключают? ___ Да ___ Нет

Почему? _____

Способы включения других людей:

Что мы можем
сделать для того,
чтобы быть
максимально
вовлекающими
и чтобы создать
безопасную
и заботливую
школу для
каждого?

Издевательства и их последствия

3-7 классы

Ниже приводятся указания касательно того, как использовать различные упражнения Урока 6. Данный урок включает в себя 8 письменных заданий, которые должны преподаваться в хронологическом порядке учащимся с 3-го по 7-й классы, используя язык, соответствующий возрасту детей и их классу обучения. На объяснение и использование одного письменного задания следует затрачивать от 20 до 30 минут. Наилучшим вариантом будет преподавание учащимся одного письменного задания в неделю. Обычно выполнение всех письменных заданий данного урока занимает 8 недель (по одному письменному заданию в неделю).

ЧТО ТАКОЕ ИЗДЕВАТЕЛЬСТВО?

Данное письменное задание предназначено для того, чтобы помочь ученикам узнать, что представляет собой издевательства со стороны сверстников и различные виды травли. С помощью письменного задания, обсудите каждый из различных видов издевательства с учениками, и включите конкретные примеры того, как выглядит каждый из видов издевательства.

Задайте учащимся вопрос: что вы чувствуете, когда становитесь свидетелем издевательства над кем-либо? Что вы чувствуете, когда вы являетесь жертвой издевательства? Какое влияние оказывает издевательства на школьную среду и ваше чувство безопасности в школе?

Далее попросите учеников обсудить конкретные сценарии издевательства, которые они пережили или свидетелями которых они были. Спросите, как они себя чувствовали? Спросите, что они сделали? Спросите, какое влияние издевательства оказывает на их чувство безопасности в школе?

Объясните, что издевательства является одной из форм школьного насилия. Обсудите вред, оказываемый издевательствами школьной среде. Обсудите, почему важно иметь школьные правила, которые призваны остановить издевательства и создать безопасную, заботливую, и уважительную школьную среду для всех учеников.



ЖЕРТВЫ ИЗДЕВАТЕЛЬСТВ

Данное письменное задание призвано помочь ученикам научиться сопереживать другим людям и узнать, как оказывать поддержку людям, нуждающимся в помощи.

Попросите учеников написать о реальной или вымышленной ситуации, связанной с издевательствами. Поощрите учеников задать самому себе следующие вопросы: как бы я чувствовал себя, если бы я оказался в похожей ситуации? Что мне могло бы потребоваться от моих друзей и других людей вокруг меня? Что, если каждый примет решение отвернуться в другую сторону? Что, если я попытаюсь помочь и окажусь в беде?



Попросите учеников поделиться своими историями. Обсудите, как нам необходимо представить себя на месте других людей, чтобы понять, что они чувствуют.

Задайте учащимся вопрос: как вы реагируете, когда видите, что кто-то находится в сложной ситуации, когда его травят или над кем-то издеваются? Напишите на доске различные способы, посредством которых ученики могут оказать поддержку и проявить сочувствие к другим нуждающимся людям. Напомните им, что это нормально обращаться к взрослым за помощью.

ПАЛКИ И КАМНИ ПРИЧИНЯЮТ БОЛЬ

Данное письменное задание поможет ученикам понять, что брань и обидные слова являются одной из форм издевательства. Это задание также позволяет ученикам обсудить стратегии для решения сложных ситуаций, которые включают и издевательства.

Задайте учащимся вопрос: есть ли связь между дискриминацией и издевательствами? Как вы относитесь к детям, над которыми издеваются из-за того, как они выглядят или одежды, которую они носят? Проведите коллективное обсуждение с учениками методом мозгового штурма о различных причинах, по которым дети решаются говорить гадости для причинения боли другим.

Задайте учащимся вопрос: ранят ли слова также больно, как действия? Является ли брань издевательством? Как очевидец может помочь тем, кто является жертвой брани или обидных слов? Вы когда-нибудь были очевидцем ситуации, когда над кем-то словесно издевались и никто не остановился, чтобы помочь ему? Как вы себя чувствовали? Что вы решили сделать?

ОПРОС ОБ ИЗДЕВАТЕЛЬСТВЕ

Данное письменное задание призвано помочь ученику научиться выявлять издевательское поведение и обсудить практические, ненасильственные способы борьбы с хулиганами.

Попросите учеников выполнить письменное задание. Обсудите каждый из вопросов письменного задания всем классом.

Задайте учащимся вопрос: что такое издевательство? Почему люди решают издеваться над другими? Какие виды издевательства ты испытал на себе или наблюдал в школе?

Несмотря на то, что они изучают новые навыки, ученики не всегда способны в одиночку справиться с проблемами, связанными с травлей. Попросите учеников определить те чувства, которые они испытывают, когда над ними издеваются, и высказать идеи о том, что можно сделать, чтобы помочь другим. Объясните важность роли положительного очевидца и использования навыков напористости для борьбы с издевательствами.

Напомните подход «Останови, уйди и расскажи» из урока 2. Прежде всего, напомните ученикам, что их безопасность превыше всего.

Чем больше присутствует сверстников, тем дольше длится эпизод насилия/издевательства. Аудитория в лице сверстников дает силу хулигану/нарушителю.

**Вмешательство сверстников во многих случаях может
ОСТАНОВИТЬ НАСИЛИЕ в течение 10 СЕКУНД,
независимо от стратегии.**

**УЧАЩИХСЯ НЕОБХОДИМО НАУЧИТЬ ВСТАВАТЬ ПРОТИВ
ШКОЛЬНОГО НАСИЛИЯ, А НЕ СТОЯТЬ В СТОРОНЕ.**

ХУЛИГАН ЭТО ТОТ, КТО...

Данное письменное задание призвано помочь ученику узнать причины, толкающие кого-то на хулиганские действия.

Ученики могут работать в малых группах для обсуждения стереотипов, связанных с хулиганами (например: только мальчики могут быть хулиганами, только большие ребята могут быть хулиганами). Попросите учащихся описать, почему дети могут решить заняться хулиганством.

Попросите учеников выполнить письменное задание и описать то, что они считают характеристиками хулигана. Ученики должны поделиться своими мнениями о хулиганах. Помните, что ученики, которые издеваются, и ученики, которые подвергаются издевательствам, могут находиться в классе. Обсудите, какие действия могут предпринять хулиган, сторонний наблюдатель и лицо, подвергаемое издевательствам.

ЧТО ПРОИСХОДИТ, КОГДА ЛЮДИ ПОДВЕРГАЮТСЯ ИЗДЕВАТЕЛЬСТВАМ?

Данное письменное задание призвано помочь ученику распознать свою реакцию, когда он сталкивается с агрессивным поведением.

Попросите учеников составить список всех форм издевательств, которые они видели в школе. Обсудите физические, эмоциональные и словесные реакции людей на негативные ситуации (например, если кто-то угрожает вам, вашей физической реакцией может быть боль в желудке; вашей эмоциональной реакцией может быть рост беспокойства и гнева; словесной реакцией – фраза «Я не боюсь вас»).

Ученики выполняют письменное задание, рассматривая ситуации, связанные с издевательствами, и определяют свои возможные реакции. Попросите учеников поделиться их ответами и разработать план выживания, состоящий из позитивных путей реагирования на агрессивное поведение.



ВИРТУАЛЬНОЕ ИЗДЕВАТЕЛЬСТВО – КИБЕРБУЛЛИНГ

(издевательство с использованием современных средств коммуникации)

Виртуальное издевательство является растущей проблемой среди молодых людей, так как они распространены во всех формах технологий, используемых для связи. Анонимный характер технологии позволяет им почувствовать, что они могут использовать технологию для любого желаемого ими общения, включая издевательства над другими. Таким образом, настоящее письменное задание призвано помочь ученику научиться выявлять поведение, связанное с виртуальным издевательством, и изучить различные способы борьбы с ним.

Задайте учащимся вопрос: знаете ли вы кого-либо, кто получал обидные или злые СМС-сообщения или сообщения по электронной почте? Скажите ученикам, что это является формой виртуального издевательства. Виртуальное издевательство включает использование технологий для отправки преднамеренных, повторяющихся и враждебных сообщений и изображений, которые предназначены для причинения вреда другим людям.

Попросите учеников выполнить письменное задание, после чего обсудите их ответы. Обсудите способы защиты учеников от виртуального издевательства, и кому следует докладывать о виртуальном издевательстве.

ЭТО ШУТКА ИЛИ ИЗДЕВАТЕЛЬСТВО?

Данное письменное задание призвано помочь ученику научиться определять разницу между шуткой и издевательством и понимать взаимосвязь между издевательством и конфликтами.

Объясните ученикам разницу между шуткой и издевательством. Издевательство – это сознательное и неоднократное причинение боли кому-либо. Подшучивание – это то, что друзья делают друг с другом, и, пока всем весело, это не причиняет вреда. Задайте учащимся вопрос: может ли шутка когда-нибудь зайти слишком далеко, до такой степени, что это становится уже не смешным и фактически оскорбительным для лица, над которым подшучивают? Как же так?

Попросите учеников выполнить письменное задание. Ученики оценивают ситуации и определяют, являются ли они примерами подшучивания или издевательства. Они размышляют о взаимосвязи между издевательством и конфликтами. По завершении выполнения письменного задания обсудите ответы со всем классом.

Некоторые дополнительные вопросы, которые необходимо задать ученикам: когда, по вашему мнению, шутка превращается в издевательство? Какие чувства испытывают дети, когда их дразнят или над ними издеваются? Что вы можете сделать как свидетель, чтобы помочь ребенку, который подвергается издевательствам? Что вы можете сделать, если вы являетесь мишенью для издевательства? Если вы становитесь свидетелем или жертвой издевательства, кому вам следует рассказать об издевательстве? Как взрослые в школе должны реагировать на издевательства?

ЧТО ТАКОЕ ИЗДЕВАТЕЛЬСТВА?

Обсудите с учениками издевательства со стороны сверстников и различные формы издевательств.

Издевательство со стороны сверстников

Нежелательное, агрессивное поведение среди детей школьного возраста, которое сопровождается реальным или кажущимся дисбалансом сил, на основании возраста, роста или социального статуса. Поведение повторяется или склонно к повтору с течением времени. Издевательство включает такие действия как угрозы, распространение слухов, физическое или словесное нападение и умышленное исключение кого-либо из группы.

Словесное издевательство

Поддразнивание, ругательство, неуместные замечания сексуального характера, насмешки, угроза нанесения вреда.

Социальное издевательство

Умышленное распространение слухов и сплетен с намерением испортить чью-то репутацию или отношения, умышленное игнорирование кого-либо, настраивание одних учащихся не дружить с другими и публичное смущение кого-либо.

Физическое издевательство

Использование физической силы для нанесения вреда телу или вещам человека.

Издевательство с использованием современных средств коммуникации

Когда учащийся использует интернет или другую технологию с целью домогательства, угроз или смущения другого учащегося, например, путем показа или отправки неприятных, вульгарных, обидных или злых СМС-сообщений и размещение личной информации, фотографий или видео в интернете для причинения боли или смущения другого учащегося.

ЖЕРТВЫ ИЗДЕВАТЕЛЬСТВ

Расскажи историю об издевательствах. Поставь себя на место жертвы издевательств и ответь на вопросы:

1. Что произошло?

2. Как ты чувствовал себя после того, как стал жертвой издевательств?

3. Чего ты ожидал от друзей и других людей? Что, если каждый решит отвернуться?

4. Что мог бы сделать хулиган, чтобы исправить положение?

ПАЛКИ И КАМНИ ПРИЧИНЯЮТ БОЛЬ

Правда ли, что «палки и камни сломают мои кости, но слова
никогда не причинят мне вреда»?

_____ ДА _____ НЕТ

Почему? _____

Если мы не в настроении или рассержены, имеем ли мы право
причинять боль другим людям?

_____ ДА _____ НЕТ

Почему? _____

Тебя когда-нибудь ранили чьи-либо слова?

_____ ДА _____ НЕТ

Почему? _____

ОПРОС ОБ ИЗДЕВАТЕЛЬСТВЕ

Что ты думаешь об издевательствах?

Дай определение издевательствам

Составь список слов и фраз, которые описывают издевательское поведение.

- | | | |
|---------------------|----------|----|
| 1) Брань | 4) _____ | 7) |
| 2) Нанесение ударов | 5) _____ | 8) |
| 3) _____ | 6) _____ | 9) |

Что ты чувствуешь, когда видишь, что кто-то подвергается издевательствам?

Что тебе следует делать, когда ты видишь, что кто-то подвергается издевательствам?

- _____ уйти в сторону
- _____ попросить о помощи
- _____ рассказать взрослому
- _____ сказать хулигану, чтобы он остановился
- _____ попросить жертву присоединиться к вам
- _____ игнорировать
- _____ другие действия

Какие действия ты можешь предпринять, если подвергаешься издевательствам?

ХУЛИГАН ЭТО ТОТ, КТО...

Как **ВЫГЛЯДИТ**
хулиган?

Как **ВЫГЛЯДИТ**
хулиган?

Как **РАЗГОВАРИВАЕТ**
хулиган?

Как ты считаешь,
о чем думает хулиган?

Как ты думаешь,
что чувствует хулиган?

Опиши своими словами, почему кто-то решает стать хулиганом.

ЧТО ПРОИСХОДИТ, КОГДА ЛЮДИ ПОДВЕРГАЮТСЯ ИЗДЕВАТЕЛЬСТВАМ

Заполните пустые клетки

Если кто-то...	Физическая реакция	Эмоциональная реакция	Словесная реакция	Ты когда-нибудь видел этот вид издевательства?
Ругает тебя				___ Да ___ Нет
Отбирает у тебя деньги на обед				___ Да ___ Нет
Исключает тебя из групповой деятельности				___ Да ___ Нет
Забирает твои вещи				___ Да ___ Нет
Передает другим обидные/злые записки о тебе				___ Да ___ Нет
Угрожает причинить тебе вред				___ Да ___ Нет
Толкает тебя каждый день				___ Да ___ Нет

ВИРТУАЛЬНОЕ ИЗДЕВАТЕЛЬСТВО

Интернет, мобильные телефоны и цифровые камеры являются превосходными способами общения, но они также создают множество возможностей для издевательства. Давайте узнаем о виртуальном издевательстве.

Что представляет собой виртуальное издевательство?

Какие существуют виды виртуального издевательства?

Наносит ли виртуальное издевательство вред?

Что заставляет некоторых ребят заниматься виртуальным издевательством?

Чтобы бы ты чувствовал, если бы стал жертвой виртуального издевательства?

Что следует предпринять, если узнаешь о том, что кто-то занимается виртуальным издевательством?

ЭТО ШУТКА ИЛИ ИЗДЕВАТЕЛЬСТВО?

Чем отличается шутка от издевательства?

Несколько раз в неделю Дамир толкает Игоря в коридоре и затем обзывает его неуклюжим

Это шутка или издевательство?

Что тебе следует сделать?

Айсуну распространяет слухи об Айгуль, в результате чего Айгуль перестает нравиться некоторым девочкам.

Это шутка или издевательство?

Что тебе следует сделать?

Азамат называет Омара «пончиком», потому что Омар полный, и все его одноклассники над этим смеются.

Это шутка или издевательство?

Что тебе следует сделать?

Как издевательства приводят к конфликту между учениками?

Как делать выбор и решать проблемы

3-7 классы

Ниже приводятся указания касательно того, как использовать различные упражнения Урока 7. Данный урок включает в себя 6 письменных заданий, которые должны преподаваться в хронологическом порядке учащимся с 3-го по 7-й классы, используя язык, соответствующий возрасту детей и их классу обучения. На объяснение и использование одного письменного задания следует затрачивать от 20 до 30 минут. Наилучшим вариантом будет преподавание учащимся одного письменного задания в неделю. Обычно на выполнение всех письменных заданий данного урока требуется 6 недель (по одному письменному заданию в неделю).

ШАГИ РЕШЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ

Данное письменное задание призвано помочь ученику изучить шаги решения проблем и определить связь между выбором и его последствиями.

Попросите учеников выполнить письменное задание. Ученики должны записать личную проблему и попытаться решить ее. Обсудите взаимоотношения между выбором и последствиями.

Попросите учеников дать определение решению проблем и попросите их составить список типов проблем, с которыми они сталкиваются в своей жизни. С помощью списка проблем, составленного учениками, обсудите позитивные решения пошагово.



СТОЙ, ПОДУМАЙ, ВЫБИРАЙ

Данное письменное задание помогает ученикам освоить метод, который поможет им понять, что когда они рассержены, надо успокоиться и решить конфликты положительным образом. Это письменное задание было впервые представлено ученикам на уроке 4 и здесь мы возвращаемся к его повторному рассмотрению.

Напишите слова «конфликт» и «гнев» на доске. Задайте вопрос учащимся: что означают эти слова и как они связаны? Конфликт является естественной частью жизни, хотя и неприятной. Гнев также является естественной эмоцией, которая обычно тоже не бывает приятной. Конфликт с кем-то часто может рассердить вас, и пребывание в состоянии гнева часто может вызывать конфликты с другими людьми. Задайте вопрос учащимся: насколько трудно справиться с конфликтом, когда вы расстроены?

Уделите время, чтобы проанализировать и разобрать всю необходимую информацию в письменном задании «Стой, подумай, выбирай». Объясните, что когда вы сердитесь и находитесь в состоянии гнева, вы не должны реагировать. В этот момент вам нужно остановиться, перевести дыхание и успокоиться. Вам нужно подумать о том, как вы себя чувствуете, а также какие чувства испытывает другой человек. Вы никогда не должны реагировать, когда вы находитесь в состоянии гнева. Вам нужно подождать, пока вы не успокоитесь, чтобы сделать свой выбор и отреагировать.

Задайте ученикам вопрос: вы когда-нибудь использовали метод «СТОЙ, ПОДУМАЙ, ВЫБИРАЙ» для разрешения конфликта или проблемы положительным образом?

ОСТАНОВИСЬ, ПОДУМАЙ, ВЫБЕРИ РЕШЕНИЕ

Данное письменное задание предназначено помочь ученикам в практическом использовании метода «ОСТАНОВИСЬ, ПОДУМАЙ, СДЕЛАЙ ВЫБОР» для решения проблем и урегулирования конфликтов.

Попросите учащихся объяснить шаги стратегии «СТОЙ, ПОДУМАЙ, ВЫБИРАЙ» для решения проблем и урегулирования конфликтов. Скажите им, что необходимо попрактиковаться, чтобы узнать, как распознать, что вы сердитесь и находитесь в состоянии гнева, чтобы дать себе время успокоиться (иногда требуется несколько часов или дней для того, чтобы успокоиться), чтобы научиться оценивать ситуацию и решить, что следует сделать, особенно когда вы сердитесь, расстроены или чувствуете боль. Чем больше вы будете практиковаться, тем лучше это будет получаться.

Попросите учеников выполнить письменное задание. Ученики должны отреагировать на две ситуации, одна из которых заранее подготовлена, а вторую они должны придумать сами. Они должны объяснить, когда следует остановиться и в чем, по их мнению, заключается проблема, каковы возможные решения этой проблемы, каковы возможные последствия каждого из возможных решений, и какой они сделали выбор для решения проблемы.

Объясните ученикам, что конфликты происходят везде и всегда. Иногда мы можем испытывать страх или разочарование, когда мы не знаем, как решить проблему или конфликт, или когда мы хотим исправить положение, но другой человек не хочет этого. Мы можем только решить для себя, как мы будем решать конфликт и каким будет наше поведение и как держаться подальше от неприятностей.

ДЕЛАТЬ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЙ ВЫБОР

Данное письменное задание имеет целью помочь учащимся понять, что каждый выбор имеет положительное или отрицательное последствие, и что они могут изменить свое поведение, чтобы получить положительные последствия.

Обсудите с учащимися связь между чувствами, действиями и последствиями. Например, я злюсь (чувство). Я решаю нанести удар (действие). Я навлекаю на себя беду (последствие). Поработайте с учеником, чтобы составить список выборов, которые они смогут делать на регулярной основе, особенно когда они сталкиваются с проблемой. Используйте некоторые из них, чтобы обсудить связь между чувствами, действиями и последствиями.

Попросите учеников выполнить письменное задание. После того, как они его завершат, обсудите их ответы в большей группе. Если некоторые ученики выбрали отрицательные варианты реагирования, помогите им испытать положительное последствие путем изменения своего выбора. Попросите учеников подумать о причинах, почему ученик уступает давлению со стороны сверстников и делает то, что делают другие дети, вместо того, чтобы настаивать на том, во что он верит.



ОБУЧЕНИЕ НА ОСНОВЕ СДЕЛАННЫХ НАМИ ВЫБОРОВ

Данное письменное задание призвано помочь ученику проанализировать последствия сделанных ими выборов и учиться на своих ошибках.

Попросите учеников выполнить письменное задание. После того, как они его завершат, попросите их поделиться своими ответами на вопросы письменного задания с большей группой одноклассников. Обсудите процесс принятия правильного решения и неправильного решения, особенно при столкновении с отрицательным давлением со стороны сверстников.

Проанализируйте с учениками, что означает для них нести ответственность за свои действия. Задайте учащимся вопрос: Считаете ли вы, что вы способны держаться подальше от неприятностей? Думаете ли Вы о том, как ваш выбор повлияет на других людей? На вас когда-нибудь оказывали давление, чтобы вы сделали выбор, с которым вы не были согласны? Если это так, то, что вы могли бы сделать иначе?

Попросите группу сделать список советов для принятия позитивных решений на основе ответов на последний вопрос письменного задания.

ВЫБОР, КОТОРЫЙ ТЫ СДЕЛАЛ НА ЭТОЙ НЕДЕЛЕ

Данное письменное задание призвано помочь ученикам научиться отслеживать принятые ими в течение недели важные решения и понять значение личной ответственности.

Не всегда легко сделать свой выбор, но это то, что ученики вынуждены делать ежедневно на протяжении оставшейся части жизни. Спросите учащихся, почему важно брать на себя ответственность за свой выбор?

Попросите учеников выполнить письменное задание, записав хорошие и плохие решения, принятые ими в течение недели. В конце недели попросите учеников поделиться принятыми решениями и оценить каждое из них. Проведите мозговой штурм совместно с учеником или группой при помощи примеров того, как люди могут принять хорошие для себя решения и как они могут навредить себя неправильным выбором. Скажите ученикам, что способность совершать мудрый выбор является одним из наиболее важных навыков, которому они могут научиться.

ШАГИ РЕШЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ

В жизни происходят конфликты и трудные ситуации. Когда они происходят, полезно знать некоторые шаги решения проблем.

Опиши проблему: _____

Как я себя чувствую? _____

Как, по моему мнению, чувствуют себя вовлеченные люди? _____

Какой выбор я могу сделать? _____

Каковы последствия моего выбора? _____

Мой окончательный план заключается в следующем ... _____

*Осознай, что ты сердисься.
Сделай глубокий вдох.
Успокойся.
Подумай, как ты себя чувствуешь.
Подумай, как чувствует себя другой человек.*

СТОЙ

*Спроси себя:
В чём проблема?
Какие имеются варианты?
Каковы возможные решения?
Какими будут последствия твоих действий?*

ПОДУМАЙ

*Поговори со взрослым,
которому ты доверяешь,
чтобы получить поддержку.
Сделай свой выбор.*

ВЫБИРАЙ

ОСТАНОВИСЬ, ПОДУМАЙ, ВЫБЕРИ РЕШЕНИЕ

Используй метод «Стой, подумай и выбирай» для решения двух конфликтных ситуаций. Найди лучшее решение.

Ситуация 1

Дамир сидит в классе за Омаром. Дамир несколько раз тыкает Омара в спину своей ручкой. Это причиняет боль Омару. Каждый день Омар возвращается домой с чернильными пятнами на своей рубашке. Мама Омара расстраивается из-за того, что он портит свои рубашки.

Остановись: _____

Подумай: _____

Выбери решение: _____

Ситуация 2

Напиши свою собственную ситуацию.

Остановись: _____

Подумай: _____

Выбери решение: _____

СДЕЛАТЬ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЙ ВЫБОР

Ситуация	Как бы ты себя чувствовал?	Какое решение ты бы принял?	Что может случиться?
Кто-то распространяет слухи о тебе в школе.			
Двое детей в школе пригрозили причинить боль однокласснику, если он не даст им деньги.			
Кто-то заставляет тебя совершить неправильный поступок, чтобы ты смог стать частью «группы».			
Над твоим другом издевается группа детей в школе.			
Кто-то смеялся над тобой, когда ты поделился своими идеями в классе.			
Некоторые из детей в классе всегда исключают тебя из игр или других занятий.			
Кто-то делает обидные замечания про твою семью.			
Учитель использует грубые слова к ученикам, чтобы дисциплинировать их.			
Учитель шлепает учеников по голове, если они плохо ведут себя в классе.			

ОБУЧЕНИЕ НА ОСНОВЕ НАШИХ ВЫБОРОВ

Каждый совершает ошибки, но некоторые из нас учатся на своих ошибках лучше, чем другие.

Опиши неправильный выбор, сделанный тобой.

Какими были последствия твоего выбора?

Чему ты научился в результате этого выбора?

ВЫБОР, КОТОРЫЙ ТЫ СДЕЛАЛ НА ЭТОЙ НЕДЕЛЕ

Быть ответственным означает принимать ответственность за свой выбор. Составь список важных решений, которые ты принял на этой неделе.

	Хороший выбор, сделанный тобой	Плохой выбор, сделанный тобой	Как ты себя чувствовал?	Обведи один из символов эмоций
Понедельник				
Вторник				
Среда				
Четверг				
Пятница				
Суббота				
Воскресенье				

Опиши упомянутый тобой плохой выбор.

Как ты можешь принять ответственность и исправить положение?

