**ПРОФИЛАКТИКА**

**ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО НАСИЛИЯ В СТУДЕНЧЕСКОЙ СРЕДЕ**

*Разработала: педагог-психолог С.В.Казак*

**Цель:**

формирование толерантного отношения к одногруппникам, негативное отношение к *насилию, агрессии*, среди молодежи.

Задачи:

* закрепить понятие психологическое насилие, как резко отрицательного явления в жизни людей.
* продолжать развивать такие нравственные качества, как терпимость к людям, доброта, сочувствие, сострадание, нетерпимость к любому виду зла и насилия.

**Прогнозируемый результат:**понимание студентами важности проблемы психологического насилия; помощь в определении   нравственных ориентиров.

**Злобная и злая реакция на окружающих, грубость, непонимание других – это признак душевной и духовной слабости.**

***Д.С. Лихачев***

Я долго думала, как сегодня начать разговор на тему **«травля/изгнание человека», «одиночество»** в социуме.

* **Давайте вместе подумаем, как можно заменить слова или подобрать «близкое» по смыслу. Какие ассоциации они вызывают?**

 Примерные ответы студентов

**Лист № 1**

|  |  |
| --- | --- |
| **«одиночество»**  | **«травля/изгнание»** |
| «покинутость»,  | «преследование» |
| «изолированность»,  | «гонение» |
| «сиротство»,  | «облава» |
| «уединенность»…… | «ловля»……… |

**Ведущий:** Согласитесь, данные слова характеризуют «сложные» (это еще мягко сказано) отношения человека с внешней средой. Развиваются определенные состояния, чувства, отношения. Формируется непонимание, неприятие, изолированность, одиночество отдельного человека в социуме... и т.д.

Что же **провоцирует непонимание между людьми и** что **заставляет нас становиться жестокими, нетерпимыми, агрессивными.**

 **Проблемные вопросы:**

* Кто из вас бывал когда-нибудь в ситуации, когда другие люди отвергали вас, не принимали в свою компанию?
* Что вы делали в таких случаях?
* Что происходит, если человека постоянно не принимают в компанию, отвергают?

**Ведущий: Сейчас вам предстоит небольшое испытание.**

**Упражнение 1**

**Цель:** *Помочь студентам проанализировать свои чувства в ситуации отверженности, изолированности* ***и обсудить возможные варианты конструктивного поведения в подобных ситуациях.***

Встаньте в один большой круг и крепко сцепитесь руками. Один студент должен остаться в круге и попытаться вырваться из круга. Круг должен не пускать хотя бы минуту. Как только ему это удастся, следующий должен войти в круг и попытаться вырваться из него. Любой из вас в любой момент может разомкнуть руки и без всяких проблем выпустить человека , но это слишком легко.

Пожалуйста, будьте осторожны, чтобы никому не причинить боли.

*Дайте возможность как можно большему числу студентов собственными силами покинуть  круг. Если студент оказывается не в состоянии сделать это, проследите, пожалуйста, чтобы он находился в круге не более одной минуты. Одногруппники должны выпустить этого студента из круга, а кто-то другой входит в него и продолжает игру.*

**Рефлексия упражнения**

* Как ты себя чувствовал в центре круга?
* Что ты чувствовал, когда пытался вырваться из круга?
* Как ты почувствовал себя, когда это у тебя получилось?
* Что ты чувствовал, когда был частью круга?
* Хотел ли ты, оказаться на месте того кто в центре круга? Почему?
* Какие доводы ты приводил, чтобы тебя выпустили из круга?
* Что для тебя было самым трудным?

**Бойкот, поддразнивание, насмешки над физическими недостатками, провокации, высмеивание акцента, одежды и т. п**.— такие проявления достаточно распространены в социальной среде, **это все проявление психологического насилия, агрессии.**

**В жизни коллектива студентов,**

**Травля** – «это коллективный психологический террор, систематически повторяющееся враждебное и неэтичное отношение одного или нескольких людей, направленное против другого человека, в основном одного».

**Ведущий:** **Причем, несмотря на кажущуюся «нечаянность» действия, обижаемый человек, всегда чувствует, что это делается специально. Объектом травли может стать тот, кого одногрупники посчитают странным, не таким как все.**

* **Подумайте про себя, совершал ли я подобное… хотел бы я оказаться на месте обижаемого человека?**

**Ответы студентов**

**Ведущий**: А если группа не следит за чистотой отношений, она тоже может заболеть - насилием.  **В травле участвуют три стороны: зачинщики, жертва и последователи.**

**Зачинщики.** В основе их действий обычно лежит желание самоутвердиться, выделиться. Иногда травля бывает результатом личной мести, завести, злобы.

**Причины присоединения последователей к зачинщикам:**

- подчинение стадному чувству;

- желание заслужить одобрение лидеров группы;

- от скуки или ради развлечения;

- из страха оказаться на месте жертвы;

- желание самоутвердиться.

**Психологические особенности последователей:**

- несамостоятельность;

- подверженность влиянию;

- конформизм;

- неуверенность в себе и зависимость от «дружбы» с лидером;

- частая озлобленность и трусливость.

**Самые тяжелые последствия психологического насилия, конечно, для жертв:**

- снижение уверенности в себе;

- уменьшение способности и желания учиться из-за нежелания ходить в колледж;

- последствия для здоровья;

- переживание постоянных негативных эмоций;

- возникновение депрессии, в особо тяжелых случаях – попытки суицида;

- последствия во взрослой жизни – проблемы с созданием семьи, с выбором профессии, с поиском друзей.

**Для зачинщиков и последователей последствия тоже есть:**

- озлобленность;

- потеря уважения к себе;

- проблемы с друзьями (дружба, основанная на страхе, это не дружба);

- проблемы в рабочих коллективах во взрослой жизни (если зачинщик понесет туда свой опыт……);

- зависимость от чужого мнения;

- конформность.

**Ведущий:** вспомните сказку про гадкого утенка. Обычно, читая эту сказку, мы думаем о главном герое, об утенке.

Нам его жаль, мы за него переживаем. **Подумайте о вот этих курах и утках.** С утенком-то все потом будет хорошо, он улетит с лебедями. **А они? Они так и останутся тупыми и злыми, неспособными ни сочувствовать, ни летать**. Когда в группе возникает похожая ситуация, каждому приходится определиться: **кто он-то в этой истории. Среди вас есть желающие быть тупыми злобными курами? Каков ваш выбор?**

**Памятка** (обратить внимание студентов)

**Если вы обнаружили, что кого-то травят, первое условие – неравнодушие.**

**Чтобы самому не стать зачинщиком или последователем:**

* Не поддразнивайте человека, если вы не знаете его достаточно хорошо и не уверены в его чувстве юмора
* Не распространяйте сплетни и слухи о других
* Не игнорируйте человека, особенно если его травят
* Не распространяйте в интернете информацию о человеке без его согласия

**В ситуации травли:**

* Если ваши друзья, начинают сплетничать, дайте понять, что вы осуждаете это
* Если в вашем коллективе кого-то травят, не молчите. Скажите о недопустимости таких действий
* Если вы видите, как кого-то травят, и боитесь за этого человека, сообщите куратору , психологу, зав.отделением.

**Доброта – это то, что может услышать глухой и увидеть слепой.**

**Я хочу закончить стихотворением В. Полторацкого “Слово о словах”**

Слова бывают разные –
То дельные, то праздные.
То честные, правдивые,
То льстивые, фальшивые.
Есть слово – утешение
И слово – удушение.
Есть трезвые и пьяные,
Лукавые, туманные.
Есть чистые, алмазные,
И есть бесстыдно-грязные.
Одни помогут выпрямить,
Другие – душу вытравить.
Есть речь огнем горящая,
Есть тлением смердящая.
Слова – высокой доблести
И самой низкой подлости…