

8

Przemoc rówieśnicza, mobbing społeczny – umiejętności alternatywne wobec agresji

Cele:

1. zapoznanie uczestników z pojęciem przemocy, mobbingu
2. wykształcenie adekwatnej postawy wobec przemocy oraz umiejętności rozpoznawania zjawisk przemocy w swoim środowisku
3. kształtowanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach konfliktowych bez używania agresji



Czas trwania:

3 godziny

Metody:

- psychodrama
- praca w grupach
- ćwiczenia w parach
- wykład
- burza mózgów

Pomoce:

- arkusze papieru
- markery
- kartki
- długopisy
- arkusze A i B „Kroki rozwiązywania konfliktów” (zał. 1 , 2 )

Przebieg zajęć:

1. Powitanie uczestników – krąg uczuć

Przedstawienie tematyki spotkania.

2. Co to jest przemoc, mobbing społeczny – praca na forum

Prowadzący pyta uczestników, jak rozumieją te słowa, a po zebraniu opinii dookreśla i wyjaśnia pojęcia.

Przemoc – zachowania (czynności) mające na celu zrobienie szkody, zadanie bólu fizycznego, spowodowanie cierpienia psychicznego innego człowieka.

Dwa rodzaje przemocy – przemoc fizyczna i psychiczna.

„O zjawisku mobbingu można mówić wówczas, gdy ofiara przez dłuższy czas jest wielokrotnie narażona na negatywne działania ze strony innej osoby lub osób” (Dan Olweus, *Mobbing – fala przemocy w szkole*, Jacek Santorski & Co, Warszawa 1998).

3. Portret ofiary i agresora – praca w grupach

Uczestnicy mają za zadanie przypomnieć sobie sytuację, w której byli obserwatorami aktu przemocy lub mobbingu. Następnie dzielą się na dwie grupy i wypisują cechy: jedna grupa ofiary, druga agresora. Przedstawiciele grup przedstawiają kolejno listy cech.

4. Jakie są powody zachowań agresywnych – dyskusja

Prowadzący inicjuje dyskusję uczestników o sytuacjach, w których występują zachowania agresywne i przemocowe; jakie są powody tych zachowań?

Co możemy zrobić, aby przeciwdziałać zachowaniom agresywnym u siebie i innych?

Prowadzący może spisać pomysły uczestników na tablicy.

5. Alternatywne umiejętności wobec agresji – przedstawienie planszy, omówienie

- umiejętność rozwiązywania konfliktów
- obrona własnych praw
- reagowanie na zaczepki
- unikanie bójek
- radzenie sobie ze złością

6. Konflikt – skojarzenia

Prowadzący kładzie wewnątrz kręgu na podłodze arkusz papieru ze słowem „konflikt” i prosi uczestników o napisanie słów i wyrażeń, które im się z tym konfliktem kojarzą.

Następnie przepisuje podane skojarzenia do tabelki:

Przyczyny konfliktów	Emocje, które pojawiają się podczas konfliktów	Sposoby zachowania się w sytuacjach konfliktowych	Skutki konfliktów
...			

Wspólnie z grupą definiuje zjawisko konfliktu.

7. Rozwiązywanie konfliktów – ćwiczenie

Prowadzący przedstawia sytuację konfliktową:

Podczas wakacji Ewa wyjechała z domu do swoich przyjaciół poznanych w czasie obozu zimowego, chociaż rodzice nie zgodzili się na ten wyjazd.

Ewa: uważa, że jest wystarczająco dorosła, aby decydować o sobie. Zależy jej

właśnie na tej paczce przyjaciół. Denerwuje ją to, że matka chce wszystko o niej wiedzieć i dyktować jej, co ma robić

Rodzice: są zaniepokojeni tym, że Ewa tak wcześnie chce się uniezależnić. Boją się „złych wpływów” na córkę ze strony nieznanych im przyjaciół.

Wyobraźcie sobie, że Ewa wraca z wakacji i zastaje w domu jedno z rodziców. Jak może zachować się jej ojciec/matka, a jak ona?

Prowadzący prosi parę ochotników, aby przygotowali i zagrali swoją wersję konfliktu.

Omówienie:

- Czy bohaterowie konfliktu słuchali siebie?
- Co pomogłoby rozwiązać ten konflikt?
- Czego potrzebowałyby obie osoby, aby były zadowolone z rozwiązania?

Rozwiązywanie konfliktu

Prowadzący prosi uczestników, aby podzielili się na dwie równe grupy. Osoby z jednej grupy będą reprezentowały stanowisko i stronę rodzica Ewy, osoby z drugiej grupy stanowisko i stronę Ewy.

Każda strona otrzymuje arkusze A i B „Kroki rozwiązywania konfliktów”. Prowadzący wiesza planszę „O czym trzeba pamiętać przy rozwiązywaniu konfliktów?”.

Uczestnicy wypełniają arkusz B korzystając z arkusza A

Praca w parach

Uczestnicy dobierają się w pary w taki sposób, aby obie strony reprezentowały różne strony konfliktu. Niech w parach porównają treści arkuszy B i spróbują znaleźć wspólne rozwiązanie konfliktu.

Omówienie:

Prowadzący zbiera od grupy wspólne wnioski.

8. Podsumowanie zajęć – rundka końcowa

Prowadzący podsumowuje zajęcia, prosi uczestników o refleksje na temat treści, których się uczyli.