

УПРАЖНЕНИЕ 8. МИТОВЕ И РЕАЛНОСТ

ВЪЗРАСТ 10–18 години

ВРЕМЕ 30- 45 минути



ЦЕЛИ

- Да оспори и да разсее стереотипите и митовете за тормоза.
- Да се поставят под съмнение различните твърдения и да разсъждават върху тях, да търсят потвърждаваща информация и да изграждат собствено мнение.



МАТЕРИАЛИ

ПРИЛОЖЕНИЕ 3: Митове и реалност за тормоза в училище, флипчарт и маркери.



СТЪПКА ПО СТЪПКА

- Започнете с припомняне какво е „мит“ – невярна информация, предавана от човек на човек като факт. Възможно е някои митове да съдържат точна информация, но в повечето случаи те са неверни.
- Разделете стаята на две – лявата част е за митове и измислици, а дясната – за факти и реалност.
- Прочетете първото твърдение и дайте указания на учениците – тези от тях, които мислят, че твърдението е мит, да минат в лявата част, а онези, които го приемат за реалност да минат вдясно. След като всички ученици заемат избраното място, отделете достатъчно време да поговорите защо мислят така. Учениците могат да сменят мястото си, ако размислят по време на обсъждането. След окончателно заемане на избраната позиция, обяснете на учениците дали твърдението е вярно или мит.



ВАЖНО

Разграничаването на подвеждащата информация от фактите ще даде самочувствие на учениците, че могат да разсъждават и да се намесват с мнение по теми, свързани с тормоза. Упражнението ще покаже на децата, че е важно да се замислят, вместо да реагират импулсивно в ситуации, свързани с насилие или тормоз над друго дете. Подходът към тормозените деца и тормозещите не е един и същ. Тормозените ученици имат нужда от намеса, която им помага да създадат по-позитивна представа за себе си и им помага да не се самообвиняват за онова, което им се е случило. Извършителите имат нужда да научат стратегии, които да им помогнат да контролират гнева и склонността си да обвиняват другите. За всички останали е необходимо да разберат, че тормозът е проблем на цялото училище и всеки носи отговорност. Не съществуват напълно безучастни свидетели.



ИЗТОЧНИЦИ

Адаптирано от:

- <http://www.bullying.co.uk/general-advice/bullying-myths-and-facts/>, информация от 12 юли, 2016
- <http://www.education.com/reference/article/bullying-myths-facts/>, информация от 12 юли, 2016
- <http://www.stopbullying.gov/resources-files/myths-about-bullying-tipsheet.pdf>, информация от 12 юли, 2016

ПРИЛОЖЕНИЕ 3: МИТОВЕ И РЕАЛНОСТ ЗА ТОРМОЗА В УЧИЛИЩЕ *Упражнение 8*

МИТ: Понякога децата „сами си го търсят“.

РЕАЛНОСТ: Някое дете не си „търси“ тормоза. Някои деца може да действат или да изглеждат по начин, който привлича оказването на тормоз; наш дълг е да се противопоставим и да помогнем на тормозеното дете да изгради умения да се справя по-ефективно и да създаде приятелства.

МИТ: Понякога извършителите на тормоз всъщност помагат на своите жертви, като ги подтикват да се научат да се защитават.

РЕАЛНОСТ: Страхът не може да помогне да се учиш да се защитаващ. Умението да отстояваш себе си може да се развие само в атмосфера на разбиране и насърчения, а не чрез принуда и заплахи.

МИТ: Учениците ще израстат травмите. Тормозът обикновено приключва, когато ученикът влезе в гимназията.

РЕАЛНОСТ: Последствията от тормоза са сериозни и не изчезват след завършване на училище. Младите хора остават неспокойни, често се усещат безпомощни, може да изпаднат в депресия, и в някои случаи да посегнат на живота си. Можем да противодействаме на тормоза като разпознаваме признаците и сме наясно какво да правим, когато станем свидетели на тормоз.

МИТ: Това продължава само една година. Какво пък толкова? Детето може да се справи.

РЕАЛНОСТ: Фактът, че едно дете е издържало на болезнената ситуация, в никакъв случай не я прави нормална. Ефектът от постоянния тормоз се натрупва и може да бъде смазващ. Всеки инцидент на тормоз може да се окаже „последната капка, която прелива чашата“ и да доведе до срыв, разболяване, объркване, страх, срам, желание да се скрие, бягане от училище и дори насилие, ако тормозеното дете реши да отвърне на удара само.

МИТ: Можеш да удариш тормозещия и това ще сложи край на тормоза.

РЕАЛНОСТ: Нормално е да сте ядосани и да искате да отвърнете, но ситуацията се усложнява още повече, ако проявите агресия или насилие.

МИТ: Само момчета, които са женствени и дребни, стават обект на тормоз; само момичета, които са несигурни или с наднормено тегло, стават обект на тормоз.

РЕАЛНОСТ: Тормозът не се ограничава до ученици, които проявяват характерни черти на пасивност (предпазливи, чувствителни, мълчаливи, срамежливи притеснителни и несигурни). Атакувани са както ученици, проявяващи пасивност, така и ученици, които се държат предизвикателно, тъй като някои жертви на тормоз търсят начин да се защитят посредством предизвикателно поведение.

МИТ: Тормозените не знаят как да се защитят вербално или физически.

РЕАЛНОСТ: Обществото, родителите и училището не учат децата на уменията да се защитават физически, психически и вербално. Причината е, че повечето възрастни също не знаят как да го правят.

МИТ: Тормозът е преход, през който всички трябва да преминем.

РЕАЛНОСТ: Някои хора твърдят, че тормозът, дискриминацията, расизмът, насилието, покушенията, преследването, физическото малтретиране, сексуалното насилие, и домашното насилие са част от живота и са преходни, но в действителност всички те са неприемливи.

МИТ: Тормозещите са емоционално силни.

РЕАЛНОСТ: Тормозещите компенсират слабостта си с агресия. Това, в което някои погрешно виждат „психическа сила“, в действителност е неуважително потъпкване на границите без зачитане на другите, без мисъл за последствията. Рационализацията е опит да се придаде социално приемлив вид на социално неприемливо поведение. Много възрастни се подвеждат по тази заблуда и манипулация.

МИТ: Насилието по телевизията и игрите правят децата склонни към насилие.

РЕАЛНОСТ: Много деца играят компютърни игри с насилие, но само малък процент от тях проявяват склонност към насилие. Би трябвало да се отбележи обаче, че честата практика на игри с насилие може да отслаби чувствителността на младите хора към насилието.

МИТ: Тормозещият се познава по начина, по който изглежда и се държи.

РЕАЛНОСТ: Тормозещите не се разпознават по външния вид. Няма и специфичен начин, по който се държат.

МИТ: Тормозът онлайн не причинява физически наранявания, следователно е безобиден.

РЕАЛНОСТ: Всъщност хора са стигали до самоубийство, не виждайки изход от непрестанните заплахи и тормоз по Интернет. Емоционалните белези остават по-дълго и понякога така и не се превъзможват. Някои сайтове позволяват анонимни публикации, което прави противодействието на кибертормоза особено трудно. Важно е да се правят снимки на екрана при всеки разговор, съобщение или публикация, които смятате за нападателни, за да документирате ставащото.

МИТ: Признаците на тормоза се забелязват лесно.

РЕАЛНОСТ: Невинаги е лесно да се забележат признаците на тормоза, тъй като той невинаги е физически или очевиден. Емоционалният, вербалният и кибертормозът често оставят белези, които хората не виждат.

МИТ: Децата „израстват“ тормоза.

РЕАЛНОСТ: Относително често децата, които тормозят, израстват като възрастни, които тормозят или прибягват към негативно поведение, за да получат каквото желаят.

МИТ: Тормозът засяга само преките участници.

РЕАЛНОСТ: Много родители, учители и ученици гледат на тормоза като на проблем, ограничен до извършителите и жертвите. Актовете на тормоз обаче често се случват пред свидетели. Наблюденията върху спортни игрища например, показват, че в повечето случаи присъстват поне още четирима връстници – свидетели, странични наблюдатели, помощници на извършителите или защитници на тормозените. Според проучванията в над 50% от наблюдаваните случаи връстниците подкрепят тормозещия, като наблюдават пасивно. Само при 25% от случаите свидетелите помагат на жертвата, като се намесват директно, отвличат вниманието на тормозещия или го разубеждават.

МИТ: Децата и младите хора, подложени на тормоз, почти винаги казват на някой възрастен.

РЕАЛНОСТ: Възрастните често нямат представа какво се случва, защото децата не съобщават за тормоза. Едва 1/3 от тормозените ученици казват на възрастен. По-малко вероятно е момчетата и по-големите деца да споделят с някой възрастен, отколкото момичетата и по-малките. Защо децата не са склонни да съобщят за упражнението над тях тормоз? Възможно е да се срамуват, да се страхуват от отмъщението на извършителите.