

包容性

本周，我们从互相照顾和勇敢地面对那些欺凌或故意排斥他人的人的角度来看待包容性。这些课程不应取代您正在做的或学校作为其反欺凌政策或策略的一部分而实施的任何针对欺凌的课程；相反，这些课程有望补充您为减少和消除校园欺凌而已经开展的工作。主要关注点是如何通过正直的行为更加包容他人。学生将有机会通过角色扮演、讨论、个人反思和创造性表达来练习成为一个正直者。

从整个课堂课程开始本单元，然后目标是在一周内与学生一起完成至少两门迷你课程。每节迷你课程都旨在以新颖且引人入胜的方式呈现主课的元素。

主要课程

全班课
30分钟



是An 正直者

本课程解释了成为正直者的含义以及成为正直者所涉及的风险。本课程使用《绿野仙踪》中的一个例子来演示什么是正直行为，让学生有机会讨论正直行为以及为他人挺身而出可能产生的结果。（有关课程详细信息，请参阅第2页。）

迷你课程

适合小团体
15分钟



正直者角色扮演

将学生分成小组。为每个小组提供一个角色扮演场景（见下文），并留出时间让学生设计一个角色扮演供全班其他同学表演。每次角色扮演后，问以下问题：

- 您认为角色扮演中的正直者的反应会如何影响情况的结果？
- 你认为欺凌者会根据正直者的行为改变他们的行为吗？为什么或者为什么不会？

对于合作伙伴
15分钟



正直者离合诗

当我们看到或经历欺凌时，我们可以用多种不同的方式做出反应。通过以自信的方式回应，我们就是一个正直者。但是，这也意味着冒险：欺凌者可能会背叛我们，欺凌者可能会忽视我们并继续欺凌，我们的朋友可能不会支持我们。冒险并尝试阻止欺凌行为比成为被动的旁观者更困难。因此，我们需要具体的策略来帮助我们在看到欺凌行为时自信地成为一个挺身而出的人。使用 UPSTANDER 一词并创建一个离合诗，该离合诗使用 UPSTANDER 中每个字母的一部分的单词或短语（尽管它们不需要以这些字母开头）。例如，对于“U”，学生可以写“用冷静的话语与恶霸说话”。对于“P”，学生可以写“保持我的身体姿势开放和自信”。

例子：

在用平静的话语对恶霸说话。
没有任何磷 我的身体姿势开放而自信。

S
时间
A
氮
D

和
右

鼓励学生在设计离合诗时发挥创意。提醒学生，他们的单词和短语应该表达他们在处于正直立场并不确定如何提供帮助时可以采取的行动项目。

对于个人
15分钟



正直者提醒

让学生制作手镯、脚链、贴纸、别针、彩绘石头、书签或其他一些可以随身携带的提醒物，提醒他们在看到欺凌行为时要成为一个正直者。提前为学生准备好合适的美术用品，但要保持简单，这样重点就可以集中在正直的提醒上。例如，手镯可以像彩色剪纸一样简单，或者，如果你有擅长制作友谊手镯的学生，他们可以教班上的其他人如何制作。这是鼓励学生参与的好方法，从而产生强烈的包容性。

工艺品完成后，提醒学生把它放在他们经常去的地方，或者放在一个能不断提醒他们成为正直者的力量的地方。

以技术为中心
15分钟



欺凌真的困扰我们吗？

大型小组讨论：讨论电视和电影中如何描绘欺凌行为；是“荣耀”吗？当我们经常看到它时，我们在现实生活中是否往往很少认识到它？电视/电影使欺凌行为正常化吗？考虑播放适合您的学生群体的电视或电影剪辑，以展示如何描述和应对欺凌行为。电影《Wonder》可能是寻找短片的好地方。

做一个正直者

本课程解释了成为正直者的含义以及成为正直者所涉及的风险。本课程使用《绿野仙踪》中的一个例子来演示什么是正直行为，让学生有机会讨论正直行为以及为他人挺身而出可能产生的结果。

课程时间
30分钟

所需材料

- 白板或其他播放影片剪辑的设备（可能意味着固定 DVD 和 DVD 播放器/电视组合）

标准地图

本课程符合 CASEL 能力、国家健康教育标准、国际教育技术协会标准（如果适用）以及共同核心州标准。请参阅[标准地图](#)了解更多信息。

课程目标

学生将：

- 了解正直者的角色。
- 练习正直行为。
- 讨论欺凌行为以及如何在人们被欺凌或故意排斥的情况下更具包容性。

教师联系/自我照顾

有时候，包容性会让人感觉有风险。这可能意味着结识新朋友。这可能意味着改变我们的思维或行为方式。这可能意味着当我们感到寡不敌众时要大声说出来。这可能意味着支持某人或努力确保政策和环境对每个人来说都是公平和公正的，学生和工作人员都一样。本周您愿意冒什么风险来帮助某些事情（或您自己！）变得更加包容、公平或公正？需要采取哪些行动步骤才能实现您的想法？



分享

5-7分钟

本周我们将讨论当我们看到其他孩子被排斥甚至欺凌时我们应该做什么。对抗欺凌者或故意排斥他人的人可能会让人感到冒险，但人多力量大。大多数人不是欺凌者或受害者，而是我们所说的旁观者。这些人看到或知道一些不友善或不公平的事情正在发生，但他们什么也不做。这一大群人可以有所作为！

在黑板上写下：“成为正直者意味着承担风险”。

通过勇敢地面对欺凌者需要自信。有人能为我们定义自信吗？自信是什么意思？（邀请学生回答。RAK 对自信的定义是坚持自己和自己的信念，同时尊重他人。）

好的！而且这可能有风险！事实上，当我们看到人们被排除在外，或者更糟的是，被欺负时，我们对冒险的恐惧会阻止我们做任何事情。让我们谈谈为他人挺身而出所涉及的风险程度。

将每个风险级别写在黑板上，并在解释风险级别时给出每个风险级别的示例。

- 无风险：通过大笑或同意来加入欺凌行为。
- 低风险：看向别处；不要加入欺凌者的行列，但也不要离开或引起人们对你的不适或冷漠的注意。
- 中等风险：改变话题，走开，并鼓励其他人也走开。
- 高风险：站起来，大声说出来，并在需要时寻求帮助。

如果您目睹欺凌行为或孩子被故意排除在外，您认为您会（或通常）承担什么程度的风险？你不必大声说出来，但要给自己一个诚实的答案。当有机会为某人挺身而出时，您的风险承受能力是多少？



启发

15分钟

我们将通过观看电影《绿野仙踪》中的短片，继续思考如何应对欺凌或排斥的情况。你们中有多少人看过它？（邀请学生回答。）

这是一部关于一个名叫多萝西的女孩的电影，她发现自己远离家乡，并在回家的路上结识了许多朋友(和敌人！)。她还了解了很多关于自己以及与他人的关系的知识。这部电影中有一些伟大的角色，包括狮子。在我们要观看的剪辑中，我希望你观察发生了什么，多萝西如何反应，以及场景如何结束。不到3分钟，我们先看后讨论。

显示剪辑: <https://www.youtube.com/watch?v=z2itQkiQUOE>（如果无法在互联网上集中观看该剪辑，您也可以通过 DVD 播放电影中这一特定时刻的剪辑）。



赋能

15分钟

以下是我希望我们讨论的问题。让我们一次一个地看它们：

- 这段视频中的恶霸是谁？（狮子）
- 谁是受害者？（稻草人和铁皮人）
- 多萝西是旁观者。她是如何变成一个正派的人的？（邀请学生回答。）
- 多萝西冒了多大的风险？（高的）
- 当多萝西勇敢地面对狮子时，发生了什么？（邀请学生回答。）
- 我们从狮子身上学到了什么？（其实他是个胆小鬼，只是表现得很强硬而已。）

最后一个问题可能是最重要的一个，因为我们知道大多数欺凌者或不尊重他人或排斥他人的人可能并不是真正的坏人。他们只是在为自己生活中的某些事情而挣扎，并选择将其发泄在别人身上。如果我们能够像多萝西、铁皮人和稻草人那样以仁慈和包容的态度回应，我们实际上可能会永远改变恶霸。



反映

5-7分钟

为了记住我们如何冒险帮助被欺负的人，我们将练习 3 个动作。让我们一起说：“站起来，大声说出来，寻求帮助！”当我们说“站起来”时，我希望每个人都从椅子上站起来。当我们说“大声说出来”时，在嘴周围形成一个麦克风，最后，当我们说“寻求帮助”时，我们会举起手，就像在问老师问题一样。好吧，现在让我们一起尝试一下。站起来，大声说出来，寻求帮助！

我还想提醒大家，如果您确实需要帮助对付欺凌他人或排斥他人的人，您可以与我或任何其他老师或学校工作人员联系。我们将为您提供帮助，并与您一起处理好情况。当您为他人挺身而出时，我们也会与您并肩作战。

迷你课程角色扮演情境

场景#1

卡洛斯是学校的新生，没有很多朋友。大卫是一名八年级学生，经常欺负新生，他不断地向他的朋友发送有关卡洛斯的不友善短信。他今天发来的那封信既刻薄又不真实。

创建一个角色扮演，展示您和您的朋友如何成为卡洛斯的善良正直者而不是旁观者。

场景#2

拉基莎 (Lakisha) 加入了足球队，她迫不及待地想在 Facebook 上发布这一消息。当她回到家时，她发现一些没有入选球队的女孩正在发布关于她的恶劣谣言，暗示她为了入选球队而与教练调情，并且她对她们撒了谎，这样她们就不会入选团队。这并不是他们第一次发表这样的评论。

创建一个角色扮演，展示您和您的朋友如何成为拉基莎的善良正直者，而不是旁观者。

场景#3

维拉戈麦斯先生被认为是一位极具挑战性的数学老师。有一天，马库斯在网上聊天并发布了以下内容：“我讨厌 V 先生。我要报复他。”创建一个角色扮演，展示当您看到这篇文章时，您和您的朋友可能会如何回应马库斯，以帮助他以积极的方式解决他的挫败感。

场景#4

玛丽莎拍了一张自己穿着牛仔裤和暴露上衣的照片。她将照片发布到 Facebook 上，但很快意识到自己犯了一个错误。她删除了该帖子，但在此之前，一名同学下载了照片并复制了它。第二天，当玛丽莎到达学校时，她发现照片被塞在学生的储物柜里。

创建一个角色扮演，展示您和您的朋友在看到照片时可以采取哪些措施来表达关心，并成为玛丽莎的正直者而不是旁观者。

场景#5

何塞是一位非常有才华的爵士萨克斯管演奏家。丹尼尔还吹萨克斯管，并且嫉妒何塞。此前，他曾在网上发表过对他的恶毒评论。这一次，他秘密录制了何塞的演奏，修改了录音，让这首曲子听起来很糟糕，然后匿名发布在 YouTube 上。

创建一个角色扮演，展示您和您的朋友在看到和听到录音时所做的事情，以及如何成为何塞的善良正直者而不是旁观者。