



**Буллинг** – то, о чём нельзя

молчать

## ❑ Что такое буллинг?

Буллинг — это систематически повторяющееся агрессивное поведение группы людей по отношению к одному человеку. Данное явление наиболее распространено в школьных классах.



## ❑ Основные роли участников буллинга:

Инициатор – агрессор активный и пассивный.

Помощник инициатора - стремится подражать агрессору.

Жертва – по какому-либо признаку отличающийся ребёнок, по отношению к которому происходит травля.

Наблюдатели - нейтральные участники, которые ничего не предпринимают и иногда поддерживают агрессора.



## □ Виды буллинга:

Физический - проявляется побоями, иногда даже намеренным членовредительством.



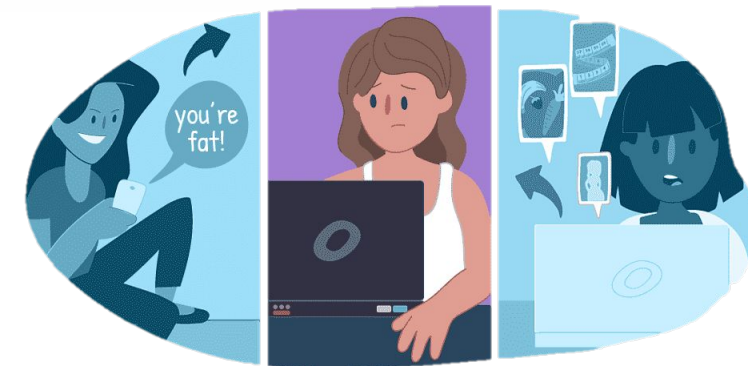
Поведенческий - бойкот, сплетни, игнорирование, изоляция в коллективе, интриги, шантаж, вымогательства, создание неприятностей (кража личные вещи, порча дневник, тетради).



Вербальная агрессия - выражается в постоянных насмешках, оскорблениях, окриках и даже проклятиях.



Кибербуллинг - проявляется в травле при помощи социальных сетей.



## □ Причины

буллинга:

Зависть

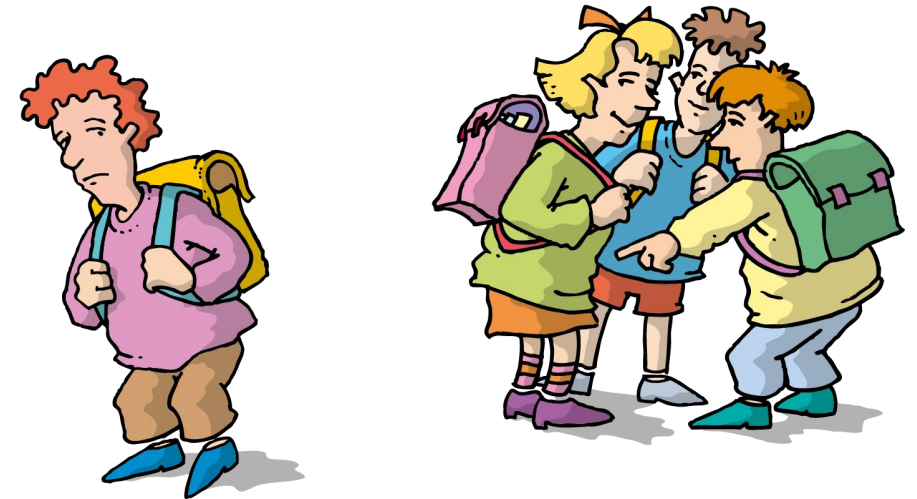
Способ самореализации

Желание казаться сильнее, чем есть

Приобретение авторитета и популярности.

Вымещение злобы за предыдущие унижения.

Желание нейтрализовать соперника посредством унижения.



## □ Последствия

### буллинга:

Буллеры - проблемы с успеваемостью, низкий образовательный уровень, жестокость, бесчеловечность в будущем.

Жертвы - высокий уровень тревоги, эмоциональный стресс, депрессии, социальная изоляция, заболевания на фоне стресса.

Наблюдатели - провоцирует негативные черты, снятие ответственности, снижение эмоциональной чувствительности, страх, чувство вины.



## □ Как

помочь?

Оставаться спокойным и контролируй ситуацию в случае обнаружения буллинга в классном коллективе.

Отнестись к случаю или к рассказу о буллинге серьезно.

Оказать поддержку потерпевшему.

Показать обидчику (агрессору, буллеру) своё отношение к ситуации.

Дать возможность оценить ситуацию обидчику с точки зрения потерпевшего (т.е. поставить себя на место жертвы).

Ни в коем случае нельзя оставлять ситуацию на данном этапе, необходимо обратиться к взрослым (руководителю Школьной службы примирения, родителям, классному руководителю, любому учителю, которому доверяешь)



## □ Как защититься от буллинга?

Рассказать о случаях буллинга взрослым, которым доверяешь – это не стукачество!

Нужно укреплять самооценку и вести себя уверенно. Быть настойчивым и сильным (хотя бы внешне).

Нельзя надеяться отомстить с помощью ещё большей жестокости.

Необходимо избегать ситуаций, в которых возможна травля, и отклонять предложения поучаствовать в ней.



Не стоит бояться, «что будет хуже», если вы кому-то расскажите о том, что происходит. Будет хуже, если вы останетесь один на один со своей проблемой.

Попросить о помощи – это не слабость, а решение взрослого человека.

В каждой школе есть кабинет ШСП (Школьной службы примирения), где вам всегда помогут.



И не забывайте золотое  
правило:

«Относись к людям так, как  
хочешь, чтобы относились к тебе»

*Конфуций*



Спасибо за  
внимание!

