

ПАМЯТКА ДЛЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

«ЧТО ТАКОЕ БУЛЛИНГ? КАК НЕ СТАТЬ ЖЕРТВОЙ БУЛЛИНГА?»



Подготовила
педагог-психолог
МАОУ «СОШ №4»
Пономарёва А.А.

Буллинг



В переводе с английского языка **буллинг (bullying)** означает травлю, запугивание, третирование . По мнению социолога И.Н. Кона, **буллинг** – это запугивание, физический или психологический террор, направленный на то, чтобы вызвать у другого страх и тем самым подчинить его себе.



А МОЖЕТ БЫТЬ
ТЫ САМ
УЧАСТВУЕШЬ
В ТРАВЛЕ?

#ОСТАНОВИ



(ТАКОЕ БЫВАЕТ, НО ЗАДИРЫ НИКОМУ НЕ НРАВЯТСЯ)

ПОСТАВЬ СЕБЯ НА МЕСТО ТОГО,
КОГО ТЫ ОБИЖАЕШЬ; ЧТО ТЫ ЧУВСТВУЕШЬ?

ПРЕКРАТИ, НЕ ПРОДОЛЖАЙ ТРАВЛЮ
ИЗВИНИСЬ, РАЗГОВАРИВАЙ СПОКОЙНО,
БЕЗ ОСКОРБЛЕНИЙ

ТЫ НЕ ПЛОХОЙ, НО ТРАВИТЬ
ДРУГОГО НЕДОПУСТИМО!

ПОМНИ, ВСЕ МЫ РАЗНЫЕ, И ЭТО НОРМАЛЬНО!



ТРАВЛИ.НЕТ.РФ

ТРАВЛЯ??!!

ЭТО КОГДА:



... И ЭТО ПРОИСХОДИТ ПОСТОЯННО

МЫ ЖЕ ПОШУТИЛИ; МЫ ТАК ИГРАЕМ; ДА ОН ПРОСТО НАМ НЕ НРАВИТСЯ

**ТРАВЛЯ — НЕ НОРМА, НЕ ИГРА, НЕ ШУТКА
ЭТО ИЗДЕВАТЕЛЬСТВО.**



Советы для подростков: Как не стать жертвой буллинга?



- Отыскать себе друга среди одноклассников, а еще лучше несколько настоящих друзей;
- Приглашать одноклассников в гости;
- Научиться уважать мнение своих одноклассников, находить с ними общий язык;
- Не пытаться всегда побеждать в своих спорах с ровесниками, научиться проигрывать и уступать, признавать свою неправоту;
- Не задираться, не зазнаваться;
- Не показывать свое превосходство над другими;



ТЕБЯ
ОБИЖАЮТ?

#НЕМОЛЧИ



СКАЖИ, ЧТО ТЕБЕ ЭТО
НЕ НРАВИТСЯ



УВЕРЕННО РЕАГИРУЙ
(НУ И ЧТО? И ЧТО ДАЛЬШЕ?
МОЖЕШЬ ТАК ДУМАТЬ, ЕСЛИ ХОЧЕШЬ.
МЕНЯ НЕЛЬЗЯ ОБИЖАТЬ. МНЕ ЭТО
НЕИНТЕРЕСНО)



ОТВЕЧАЙ ШУТКОЙ
(ЭТО ПРИВОДИТ В ЗАМЕШАТЕЛЬСТВО)



**ОБЯЗАТЕЛЬНО РАССКАЖИ
ВЗРОСЛЫМ!**

ВЫБРАТЬСЯ ИЗ ТРАВЛИ САМОМУ
ОЧЕНЬ СЛОЖНО.

И ПОМНИ:

ТЫ НИ В ЧЕМ НЕ ВИНОВАТ. НИКТО НЕ ИМЕЕТ ПРАВА
ТЕБЯ ОБИЖАТЬ. ЭТО ЗАКОН. ТЕБЕ ОБЯЗАТЕЛЬНО
ПОМОГУТ. ТОЛЬКО НЕ МОЛЧИ!
И ЗАБЕЙ В ТЕЛЕФОН ВАЖНЫЙ НОМЕР:

МОСКВА:

051

(ЗДЕСЬ ПОМОГАЮТ ДЕТЯМ)

РОССИЯ:

8(495)051*

* (ЗВОНОК ПЛАТНЫЙ)



ТЫ ВИДИШЬ,
ЧТО КОГО-ТО
ОБИЖАЮТ?

#ГОВОРИ



ВСТУПИСЬ ЗА ЖЕРТВУ

(СКАЖИ, ЧТО ЭТО «НЕ КРУТО.
ЭТО ГЛУПО. ПРЕКРАТИТЕ»)



СКАЖИ ТОМУ, КОГО ОБИЖАЮТ
«НЕ СЛУШАЙ.

ТЫ НЕ ВИНОВАТ. ЭТО ОНИ
ОТ СОБСТВЕННОЙ ГЛУПОСТИ».



СООБЩИ УЧИТЕЛЮ И РОДИТЕЛЯМ.
(ЭТО НЕ ЯБЕДНИЧЕСТВО.
ЭТО ПРОСЬБА О ПОМОЩИ!!!!)

**ВИДИШЬ ТРАВЛЮ?
ОСТАНАВЛИВАЙ!**

ПОТОМУ ЧТО ОТ ТРАВЛИ ПЛОХО ВСЕМ.

ПОПРОСИ ПОМОЩИ У ВЗРОСЛОГО

ТРАВЛИ.РФ





КИБЕРБУЛЛИНГ

Кибербуллинг или виртуальное издевательство — это преследование сообщениями, содержащими оскорбления, агрессию, запугивание, хулиганство, социальное бойкотирование с помощью различных интернет-сервисов. Вне дома и школы есть вероятность столкнуться с людьми, которые могут причинить вред или ограбить. В Интернете также есть злоумышленники и просто злые и невоспитанные люди. Ради собственного развлечения они могут обидеть тебя, прислать неприятную картинку или устроить травлю. С такими людьми можно столкнуться на самых разных сайтах, форумах и чатах.

Запомни основные пункты правильного общения в Интернете!

ОСНОВНЫЕ СОВЕТЫ ПРАВИЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ В СЕТИ ИНТЕРНЕТ:

- ♦ **Не бросайся в бой.** Лучший способ: посоветоваться как себя вести и, если нет того, к кому можно обратиться, то вначале успокоиться. Если ты начнешь отвечать оскорблениями на оскорбления, то только еще больше разожжешь конфликт.
- ♦ **Управляй своей киберрепутацией.**
- ♦ **Не стоит вести хулиганский образ виртуальной жизни.** Интернет фиксирует все твои действия и сохраняет их. Удалить их будет крайне затруднительно.
- ♦ **Игнорируй единичный негатив.** Одноразовые оскорбительные сообщения лучше игнорировать. Обычно агрессия прекращается на начальной стадии.
- ♦ **Никогда не соглашайся прийти в гости к человеку, с которым ты познакомился в Интернете.**
- ♦ **Бан агрессора.** В программах обмена мгновенными сообщениями, в социальных сетях есть возможность блокировки отправки сообщений с определенных адресов.
- ♦ **Никогда не участвуй в травле и не общайся с людьми, которые обижают других.** Твои действия: выступить против преследователя, показать ему, что его действия оцениваются негативно, поддержать жертву, которой нужна психологическая помощь, сообщить взрослым о факте агрессивного поведения в сети.
- ♦ **Всегда советуйся с родителями во всех указанных случаях.**





Береги себя
и не давай в
обиду
других!