

«Что такое буллинг? Как справиться с буллингом?»

(Информация для обучающихся)

*Разработала: педагог-психолог
МБОУ «СОШ №196» Шпетра.М.*

Буллинг (от
английского **bullying** —
запугивание, издевательство,
травля)

Буллинг- целенаправленные
действия одних детей против
других



Как проявляется буллинг?

Психологически

(психологическим воздействием, связанным с влиянием на эмоциональное состояние человека)

Когда присваивают обидные клички, прозвища, унижают, оскорбляют, распространяют обидные слухи, угрожают, портят вещи, объявляют бойкот



Физически

(физическим воздействием, причиняющим боль)

Когда бьют, толкают, пинают, дают подзатыльники, выкручивают руки и пр.)

Кто участвует в «буллинге»?



Буллинг- это коллективное явление, потому что каждый человек в коллективе, является тем или иным участником травли

Почему люди проявляют агрессию?

- ⑩ От скуки (им больше нечем заняться);
- ⑩ Они не умеют общаться по-другому (в их окружении проявление агрессии является распространенным);
- ⑩ Они сами пострадали от агрессии и теперь ведут себя также;
- ⑩ Они считают, что унижение одних поднимает их авторитет в классе



Последствия: в будущем, когда такие люди становятся взрослыми, то проявление агрессии становится нормой в семье, на работе, в учебе.

Они привыкают добиваться всего с помощью унижения других, они чувствуют себя безнаказанными, «вольными» делать с другими людьми, все, что вздумается.

Почему люди наблюдают и бездействуют?

- ⑩ Они боятся, что агрессия начнется против них;
- ⑩ Они считают, что «травля» это нормально и встречается всюду;
- ⑩ Они думают, что ничего невозможно изменить.



Последствия: в будущем такие люди, привыкают к тому, что проявление физического и психологического давления это- нормально.

Они «учатся» быть беспомощными, безучастными ко всему, что происходит вокруг них.

Какие люди подвергаются травле?

⑩ Не похожие на
других
(отличающиеся
внешним видом,
имеющие
успехи/неуспехи в
труде и учебе, по
национальному
признаку, и пр.)

⑩ Любой человек,
может стать тем,
кого могут
подвергнуть
травле



Последствия: в будущем эти люди перестают заводить друзей, они боятся доверять, становятся озлобленными или замкнутыми.

Они боятся, заводить друзей, избегают общения, они думают, что травля может повториться...

Буллинг- это явление, связанное с унижением и властью.



Целью буллинга является внушение страха, подчинение своей воли, принуждение к совершению каких-либо действий

Как прекратить «буллинг»?

Понять, что справиться в одиночку с этим явлением невозможно!

- ❑ Нужно перестать быть наблюдателем и стать защитником;
- ❑ Дать понять агрессору, что его действия не одобряются коллективом;
- ❑ Дать понять человеку, подвергнутому травле, что он не один, у него есть заступники

Реагировать на агрессию другим способом

- ❑ Переводить в юмор
- ❑ Поговорить с агрессорами, почему они это делают?



Обеспечить свою безопасность

- ❑ Избегать встреч с агрессором «один» на «один»;
- ❑ Поговорить с родителями о встречах со школы;
- ❑ Не реагировать «агрессией» на «агрессию» (не усугублять травлю);
- ❑ Обратиться за помощью к классному руководителю, психологу, другим взрослым и рассказать о ситуации в коллективе



Не терпи ситуацию, связанную с
«Буллингом»

Обратись за помощью!

«Буллинг» опасен и несет негативные
последствия для всех участников
коллектива

Помоги тем, кто сейчас находится в
ситуации «Буллинга» и не знает, что ему
делать.

Спасибо за внимание!