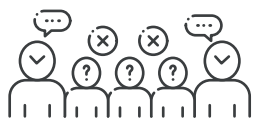


# Как реагировать на травлю?

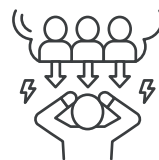
(краткая памятка для работников образовательной организации)



По статистике каждый 2-3 российский школьник сталкивается с травлей.



Если взрослые не обращают внимание и не вмешиваются - травля усиливается и может привести к физическому насилию или сильно навредить здоровью.



Совместные усилия всех работников школы помогут противостоять травле!



Травля - это намеренные повторяющиеся негативные действия в отношении одного человека (ребенка или взрослого) при поддержке группы.

Травля часто похожа на обычный несерьезный детский конфликт, но ВАЖНОЕ отличие заключается в НЕРАВЕНСТВЕ СИЛ:

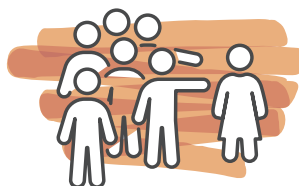
- ✦ агрессоров много и / или они старше, сильнее
- ✦ жертва одна и / или слабее, сильно испугана

## Травля выглядит по-разному

**01** Вербальная оскорбления, насмешки, угрозы



**03** Социальная исключение из группы, бойкот, сплетни



**02** Физическая физические воздействия, порча вещей

**04** Кибербуллинг в соцсетях, чатах, сообщений, на сайтах





## Мы предлагаем вам краткий алгоритм, как реагировать на травлю, если вы стали ее свидетелем.

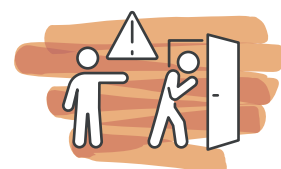


Помните, любое насилие нужно останавливать, используя НЕнасильственные методы!

- ✦ **Сохраняйте выдержку и спокойствие; демонстрируйте уверенность в своих действиях.**  
Говорите спокойным голосом, избегая оскорблений и угроз.
- ✦ **Остановите агрессора.**  
Если вы видите, как какого-то ребёнка намеренно обижают - необходимо вмешаться. Помогут фразы: "Стоп", "Прекратите", "Остановитесь", "В нашей школе такое недопустимо". Ваша задача - привлечь внимание к факту насилия и остановить его.
- ✦ **Окажите помощь жертве.**  
Любое, даже незначительное участие может помочь. Покажите, что вам небезразлично: подойдите к жертве, встаньте рядом, помогите подняться и собрать вещи (если нужно), поддержите словами или жестами ("мне очень жаль, что тебе досталось", "не бойся, я рядом").
- ✦ **Зафиксируйте факт травли.**  
Запомните или запишите то, что произошло.
- ✦ **Сообщите о факте травли классному руководителю и / или администрации.**  
Излагайте факты, а не эмоциональную оценку событий. Опирайтесь на то, что видели своими глазами.



## Если вы заметили травлю в свой адрес



- ✦ Сохраняйте спокойствие и взрослую позицию.
- ✦ Сообщите, что вам не нравится подобное обращение: "Мне неприятно это слышать", "Такое поведение в нашей школе неприемлемо"
- ✦ Избегайте ответных насильственных действий. Помните, что ваша ответственность выше, т.к. вы - взрослый.
- ✦ Если вас снимают на телефон в неприятной ситуации - сообщите, что вы не давали согласие на съемку, спокойно попросите прекратить. НЕ пытайтесь отобрать или сломать телефон! За это предусмотрена юридическая ответственность.
- ✦ Зафиксируйте факты травли и сообщите о них администрации.

Остались вопросы? Звоните:

 **8 800 500 44 14** 

(пн-пт 10:00-20:00 по Мск)

Пишите: [psy@zhuravlik.org](mailto:psy@zhuravlik.org)

ЗВОНОК НА ГОРЯЧУЮ ЛИНИЮ И ОБРАЩЕНИЕ НА ПОЧТУ БЕСПЛАТНЫ!