

БУЛЛИНГ

ПАМЯТКА ДЛЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ КТО МОЖЕТ СТАТЬ ЖЕРТВОЙ БУЛЛИНГА?

Наверное, каждый сталкивался с ситуацией, когда над ним или его знакомыми насмехаются, дразнят, бьют. Бывает, что такое происходит лишь один раз, а если повторяется постоянно?

Человек может стать «жертвой» постоянных оскорблений, унижений если:

- ✓ пытается выделиться среди других, когда нет для этого повода;
- ✓ постоянно хвастается, демонстрирует свое превосходство;
- ✓ ябедничает;
- ✓ подлизывается к педагогам;
- ✓ игнорирует решение группы/класса в тех случаях когда они разумны;
- ✓ постоянно жалуется, пытается выглядеть беспомощным, чтобы получить выгоду;

- ✓ стремится в любом споре одержать победу, любой ценой и т.д.

Даже если кто-то из твоих знакомых так себя ведет – это неправильно!
Нельзя проявлять агрессию.
Буллинг – это нарушение закона!

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ СТОЛКНУЛСЯ С БУЛЛИНГОМ?

ЧТО ПРЕДПРИНЯТЬ, ЧТОБЫ ОСТАНОВИТЬ БУЛЛИНГ?

- ? Прекрати общение с обидчиком и теми, кто его поддерживает.
- ? Постарайся игнорировать агрессора, не реагируй на его обидные слова.
- ? Научись сдерживать себя. Слезы, злость, обида – это то, чего от тебя ждет обидчик.
- ? Не поддавайся на провокацию, не проявляй гнев. Возможно, агрессор потеряет к тебе интерес.
- ? На переменах старайся всегда быть на виду у педагогов и в тех местах, где есть камеры наблюдения.
- ? В столовой садись за стол, который находится ближе к дежурному педагогу или к буфету. Так ты сможешь быть в зоне видимости взрослых.
- ? В туалет отпрашивайся во время уроков.
- ? После занятий старайся идти в гардероб и домой вместе с ребятами, которые тебя поддерживают, которым ты можешь доверять.
- ? Ты всегда можешь после занятий прийти к педагогу-психологу или социальному педагогу.

