

Хотя люди, которые травят, часто говорят «МЫ ПРОСТО ЕГО НЕ ЛЮБИМ», «МЫ ТАК ИГРАЕМ», «МЫ ШУТИМ».

**МЫ ВСЕ ЗНАЕМ И ЧУВСТВУЕМ РАЗНИЦУ МЕЖДУ ИГРОЙ И ТРАВЛЕЙ.**

В игре весело должно быть ВСЕМ. В игру ВСЕ вступают добровольно. В игре роли меняются: сейчас ты водишь, потом я.



При травле удовольствие получают не от того, что ловко бросают и ловят предмет. Все удовольствие – в издевательствах над человеком, в веселье по поводу его бессилия, его злости, в наблюдении за тем, как он мечется в кругу трюмо хохочущих ребят, едва сдерживая слезы. **ОЧЕНЬ ГАДНОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ. НЕ ДОСТОЙНОЕ ХОРОШЕГО ЧЕЛОВЕКА.**

А вот девочки сделали очень обидную картинку из фото одноклассницы и отправляют ей ссылки. А под картинкой – комментарии, в которых все изощряется в остроумии, стараясь задеть ее посылнее. И опрос: кто считает, что эта девочка – тулая корова? Они «просто шутят»?



**! НЕТ. ЭТО НЕ ШУТКИ. ЭТО ИЗДЕВАТЕЛЬСТВО.**

**НЕПРАВИЛЬНО**

- Спорить («Я совсем не толстый, просто крупный»)
- Отвечать тем же («Ты сам дурак!»)

- Угрожать («Я все расскажу учительнице!», «вы у меня получите!»)
- Делать вид, что не слышишь, но при этом краснеть и прятать глаза
- Делать вид, что тебе смешно если это не так убежать и прятаться
- Плакать и жаловаться
- Бросаться в драку и вообще пытаться непременно все это остановить.

**ПРАВИЛЬНО**

- Пожать плечами («Может, и так»)
- Улыбнуться («Я так рад, что вам весело!»)
- Перевести внимание на обидчиков («Да, я знаю, что тебе нравится так говорить»)
- Задать встречный вопрос («Тебе хочется так думать?»)
- Согласиться («Да, у меня полно недостатков, ты верно заметила»)
- Дать разрешение («Ты можешь так думать, если хочешь»)
- Смысл любых правильных реакций – показать, что-то, что происходит – их дело, а не твое.

# ТРАВЛЕ - НЕТ!

Что такое «Буллинг» – это когда кого-то постоянно обижают, дразнят оскорбляют, когда с кем-то не здороваются, отказываются сидеть и стоять рядом, когда отнимают, прячут, портят вещи, когда кого-то толкают, бьют, унижают, угрожают.

**ИНОГДА ТРАВЛЯ ПЕРЕХОДИТ ВСЕ ГРАНИЦЫ И ДЕЛО НЕ ОГРАНИЧИВАЕТСЯ ОБИДНЫМИ СЛОВАМИ.**

Если тебе сделали по-настоящему больно, намеренно сломали твою вещь, испортили одежду, отняли деньги, мешают спокойно есть, переодеваться, пользоваться туалетом, угрожают тебе, сделали обидные фото и соц сети и обидно комментируют.

**ЭТО УЖЕ НЕ ПРОСТО ТРАВЛЯ. ЭТО НАСТОЯЩЕЕ НАСИЛИЕ, И ОНО ЗАПРЕЩЕНО ЗАКОНОМ. Оно должно быть прекращено, и помощь взрослых здесь не обходима.**

Тот, кого обижают, может научиться реагировать правильно и от него отстанут, но это не значит, что потом в классе не будут травить кого-то другого. Травля не связана с конкретными людьми. Травля – это плохое правило, которое завелось у группы. Если в классе принято травить, то травить могут кого угодно и за что угодно. А если травля – это болезнь группы, лечить ее надо тоже всем вместе.

## ЧТО МОЖНО СДЕЛАТЬ?

**СКАЗАТЬ:**

- «Это не круто. Это глупо. Прекратите!»
- Подойти к тому, кого обижают, и сказать ему: «Не слушай, это они с дуру»
- поговорить с агрессорами и сказать, что вам это не нравится, и если они не прекратят, вы расскажете взрослым
- попросить учителя помочь вам справиться с травлей в классе

## ЕСЛИ ТРАВЛЯ ПРОИСХОДИТ В СОЦСЕТИ

**ПОПРОСИ ВЗРОСЛЫХ, А ЛУЧШЕ РОДИТЕЛЕЙ, ТЕБЕ ПОМОЧЬ:**

- заблокируй аккаунт, с которого тебя оскорбляют
- установить в соцсети настройки приватности запрети, чтобы тебя отмечали в постах, комментариях, на фотографиях
- закрой свой профиль в соцсети, оставь там только тех людей и друзей, в которых ты уверен
- и не стоит публиковать в соцсети информацию о себе, которую ты не хотел рассказывать всем

## СОВЕТ РОДИТЕЛЯМ:

Если ваш ребенок подвергается травле в школе, на улице, в соцсети, **НЕЛЬЗЯ ЭТО ЗАМАЛЧИВАТЬ!** Поставьте в известность классного руководителя и администрацию школы. Будьте опорой и защитой своему ребенку, его вина в том, что с ним произошло **НЕП!** Если ребенку нанесли материальный ущерб, оскорбляют в соцсети, угрожают смело обращайтесь в полицию! Не допускайте, чтобы ваш ребенок подвергался насилию! Тем, кто это делает без разницы кого травить! На месте вашего ребенка окажется любой другой!



Кибер-буллинг – это когда тоже самое делают в соцсетях. Еще это называется ТРАВЛЯ.