

Буллинг

Составь ассоциации по теме Буллинг – слова, состояния, мысли. Запиши ниже

1



Вставь пропущенные слова

2

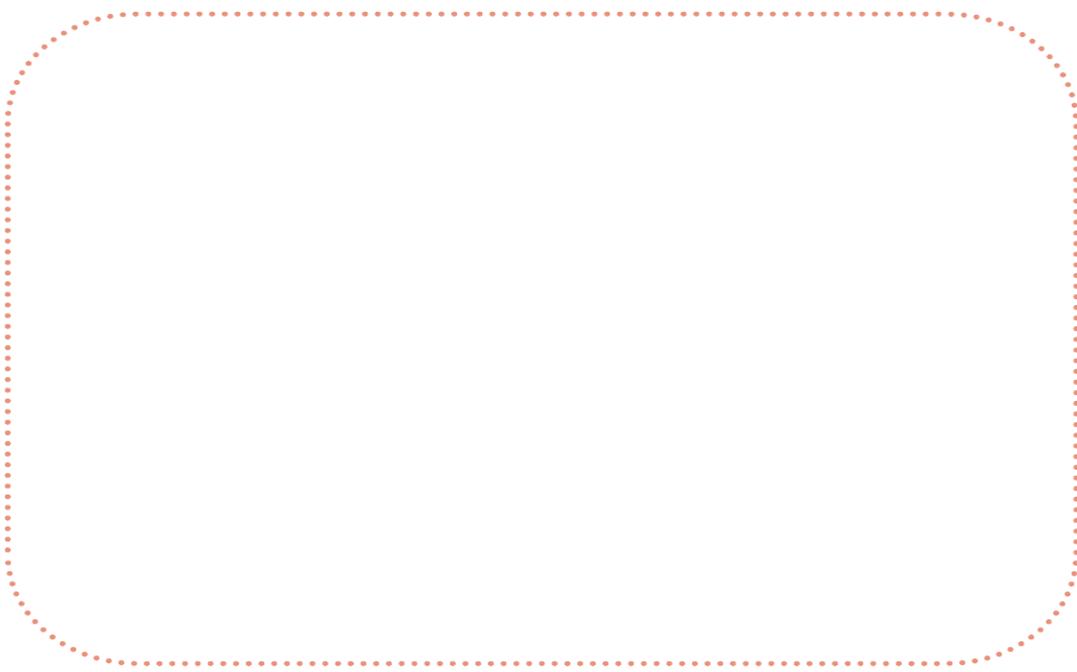
Буллинг - это целенаправленное нанесение вреда другому; действие, которое повторяется _____, и подразумевает наличие _____ сил, что не позволяет пострадавшему прекратить насилие по отношению к себе.



- Как обычно объясняют травлю?
- Слишком толстый, слишком худой, рыжий, в очках. И вообще сам нарвался.
- Но правда в том, что жертвой буллинга может стать любой, а внешность, музыкальные вкусы, успехи в учёбе или проблемы в семье — лишь повод.
- Красивые и умные дети страдают от нападок одноклассников не реже других.

Как можно противостоять обидчику в ситуации буллинга? Подумай, запиши свои варианты.

5



К кому и за какой помощью можно обратиться в ситуации буллинга? Выбери и запиши ниже – учитель, психолог, сосед, родители, незнакомый человек, друзья, знакомый из кружка вокала

6



Твои впечатления от выполнения заданий – что было новое, что было сложно, интересно, полезно



Ответы

Задание 2

Регулярно, неравенства

Задание 3

Конфликты, юмор

Задание 5

Учащиеся могут сообщить классному руководителю, дежурному учителю, охраннику или любому другому сотруднику о реальном или предполагаемом случае насилия устно, по телефону, СМС-сообщением или

запиской. Классный руководитель может договориться с учениками об использовании каких-либо условных знаков в случае опасности и необходимости вмешательства взрослых. Такими знаками и «сигналами тревоги» могут быть определенные фразы, слова, какой-либо предмет, которые ученики могут использовать, вложить в дневник (тетрадь) или положить на стол учителя.

Занять активную позицию – пытаться донести обидчику, что его поведение неприемлемо, не становиться свидетелями травли

Обратиться за поддержкой к взрослым, близким,

друзьям Не реагировать агрессией на агрессию

Избегать обидчика. Это может быть сложно, особенно, если это твой одноклассник; стараться контактировать с этим человеком как можно меньше: садиться подальше, ходить в другой туалет, по другому коридору. Стараться не находиться там, где он обычно может подловить.

Уйти от обидчика. Найти в себе смелость и силы сделать это непросто. Но в следующий раз, можно попробовать четко и ясно сказать: «Нет, прекрати и оставь меня в покое» и, не дожидаясь ответа, уйти. Это может вызвать агрессию, однако если проявить храбрость не один и не два раза, в перспективе обидчик потеряет интерес.

Не позволять обидчику проникать «в голову» и заставлять чувствовать себя ничтожно. Задача буллинга заставить человека чувствовать себя плохо. Сделать это может быть легко, особенно если обидчик знает слабые места. Задача перед самим собой — работать над уверенностью. Можно написать список того, в чем человек действительно хорош; обратить внимание на близких, насколько они ценят человека; записывать свои достижения, даже те, которые кажутся незначительными.

Задание 6

Учитель – рассказать о происходящем, чтобы изменить ситуацию

Друзья – поддержка, рассказать о своих переживаниях, найти союзников в их лице

Психолог – помощь в совладании со стрессовой ситуацией, поиск внутренних опор, повышение уверенности в себе, нормализация психологического состояния

Родители – рассказать о своих переживаниях, найти союзников и поддержку в их лице