



МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
ГБПОУ «СВЕРДЛОВСКИЙ ОБЛАСТНОЙ МЕДИЦИНСКИЙ  
КОЛЛЕДЖ»  
ЦЕНТР ОХРАНЫ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ



# Буллинг!

Что это такое и как с ним бороться?

**Психолог ЦОЗДиП**

**Кривошеева Юлия Александровна**  
**Руководитель регионального Центра**  
**Татарева Светлана Викторовна, к.м.н.**

???

**Буллинг** – это повторная и неоднократная агрессия, когда один или несколько человек намереваются навредить другому человеку или потревожить его (помешать ему) физически, словесно или в психологическом отношении.



# Компоненты буллинга!

1. Агрессивное и негативное поведение  
(насилие)
2. Регулярность
3. Неравенство сил
4. Умышленность

# НЕ путать

- С непопулярностью



- С конфликтами и единичными драками

# Виды буллинга:

- Прямой

физическая агрессия, сексуальное или психологическое насилие

- Скрытый

игнорирование, бойкот, исключение из отношений, манипуляции, намеренное распускание негативных слухов и т.п ( более характерен для девочек)



***По оценкам европейских исследователей, в роли жертвы травли в разные периоды школьной жизни побывали 50% детей. 10-15% школьников находятся в этой ситуации прямо сейчас! Но мы не видим!!! Или не хотим видеть?***

# Участники буллинга

Булли  
(агрессор)

Жертва

Свидетели

# Последствия травли!

## У агрессора

1. Меньше шансов в будущем на успешную самореализацию и на хорошие отношения в семье, с коллегами, друзьями;
2. Высокая вероятность во взрослой жизни связаться с криминалом, попасть под судимость.

## У жертвы

1. Повышенная тревожность;
2. Сниженная самооценка;
3. Проблемы со здоровьем;
4. Снижение успеваемости, пропуски занятий;
5. Сложности во взаимоотношениях  
Мысли и попытки суицида!!!

## У наблюдателей

1. Испытывают страх и беспомощность;
2. Стыд за свое бездействие;
3. Снижение эмоциональной чувствительности.

***Если в школе процветает буллинг, то СТРАДАЕТ ВСЯ ШКОЛА!***

***С ним нужно бороться всем вместе!***

## Что делать не надо:

- ❑ Ждать, что травля пройдет сама собой
- ❑ Считать травлю проблемой только жертвы
  - ❑ Давить на жалость



## **Как помочь:**

- ✓ Назвать явление;
- ✓ Дать ситуации однозначную оценку;
- ✓ Работать с травлей, как с проблемой группы;
- ✓ Сформулировать позитивные правила жизни и заключить в группе контракт;
- ✓ Поддерживать позитивные изменения.



# Профилактика буллинга

## Для родителей

1. Интересоваться жизнью своего ребенка;
2. Дать понять ребенку, что он может делиться с вами любыми проблемами, трудностями;
3. Рассказать как нужно вести себя при столкновении с буллингом, к кому могу сразу обратиться;
4. Научить ребенка говорить о своих чувствах (*мне это не нравится, говорить нет*);
5. Любить и поддерживать ребенка.

## Для педагогов

1. Создание атмосферы нетерпимости к любому акту насилия в школе;
2. Лучшее наблюдение за холлами, столовыми;
3. Проведение воспитательной работы с учениками в форме дискуссии;
4. Разработка этического кодекса школы;
5. Дети должны знать, что могут к вам обратиться за помощью.

# Как вести себя с детьми, проявляющими агрессию в отношении взрослых или сверстников

1. Реагировать и относиться спокойно в случае незначительной агрессии;
2. Во время разбора агрессивного поведения ребенка, делать акцент на поступках ребенка, а не на его личности;
3. Взрослым необходимо контролировать собственные негативные эмоции и обучать этому детей, демонстрировать модели неагрессивного поведения;
4. Любое проявление агрессии со стороны ребенка обсуждать, а не оставлять проступок без внимания, но при этом: не обвинять, не стыдить и не позорить, избегать чтения морали и лекций о поведении;
5. Педагогам необходимо способствовать снижению напряжения ситуации в классном коллективе. Педагогам и родителям необходимо проводить работу для восстановления примирения.

# Как реагировать на признание ребенка (рекомендации для родителей)

Скажите ребенку:

1. *Я тебе верю;*
2. *Мне так жаль, что с тобой это произошло;*
3. *Хорошо, что ты сказал мне;*
4. *Это не твоя вина;*
5. *Я тебя очень люблю и постараюсь сделать так, чтобы тебе больше не угрожала опасность.*

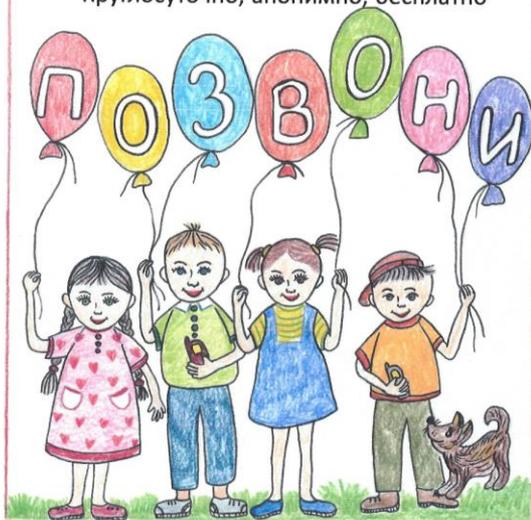


## Областной круглосуточный Телефон доверия

Телефон экстренной психологической помощи для  
детей, подростков и их родителей

**8-800-300-83-83**

Круглосуточно, анонимно, бесплатно



**+7 982 730 30 20**

Горячая линия Центра охраны  
здоровья детей и подростков для  
семей с детьми в трудной жизненной  
ситуации

## Телефон доверия

Единый, федеральный  
номер телефона доверия  
для детей, подростков и их родителей

**8-800-2000-122**

Тебе плохо и одиноко?  
Позвони выход есть всегда!



**+ 7 992 33 55 831**

Медицинский центр помощи  
беременным и семьям в трудной  
жизненной ситуации

Удачи Вам и душевного благополучия!





Приглашаем в сеть  
Instagram –  
современная форма  
профилактической  
работы с  
родителями!

Наш аккаунт  
COZDP\_SO