

# Недетские шалости



## ЕСЛИ РЕБЕНОК ЖЕРТВА ТРАВЛИ



**Почему это  
происходит и что  
делать ребенку,  
родителю, учителю?**

# ЧТО ТАКОЕ ТРАВЛЯ?

Это повторяющееся агрессивное поведение, направленное на унижение, запугивание или причинение вреда другому человеку.

## Повторяемость:

действия не единичны, а имеют систематический характер.

## Намеренность:

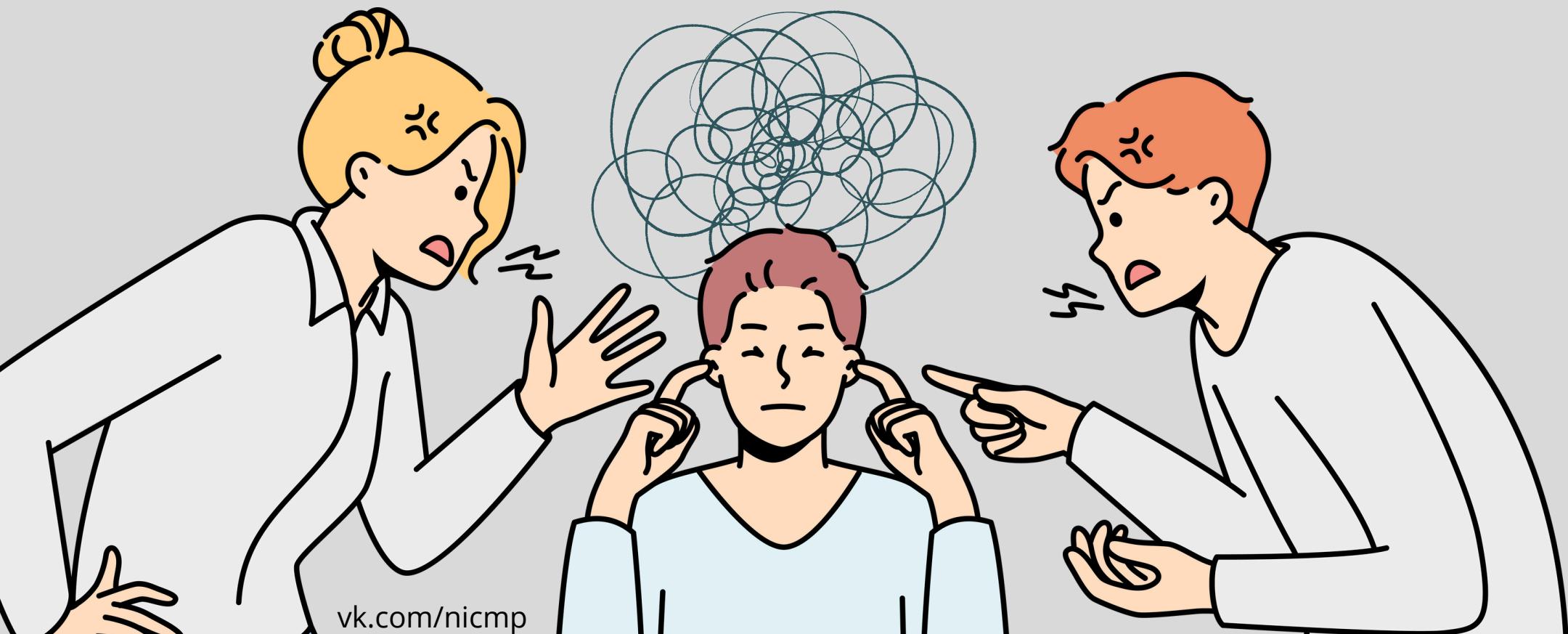
поведение всегда направлено на то, чтобы унизить или травмировать человека.

## Неравенство сил:

жертва часто чувствует себя беззащитной перед обидчиком.

## Изоляция:

жертву могут исключать из группы, игнорировать или распространять о ней ложные слухи.



# ПРИЧИНЫ ВОЗНИКНОВЕНИЯ ТРАВЛИ

## Социальные факторы:

стремление к доминированию,  
конкуренция за статус в группе.

## Семейные проблемы:

дети, выросшие в агрессивной  
среде, могут переносить модели  
поведения в школу.

## Личностные причины:

низкая самооценка агрессора,  
желание самоутвердиться  
за счет других.

## Культурные стереотипы:

предвзятость к тем, кто  
«не такой», будь то внешний  
вид, интересы или  
мировоззрение.



# ЧТО ДЕЛАТЬ РЕБЕНКУ?

**Будьте внимательны к окружающим.** Если видите, что кто-то сталкивается с издевательствами, поддержите его и сообщите взрослым.

**Не молчите, если сами стали жертвой.** Обращайтесь за помощью к родителям, учителям или школьному психологу.

**Проявляйте эмпатию.** Постарайтесь понять, как ваши слова и действия влияют на других.



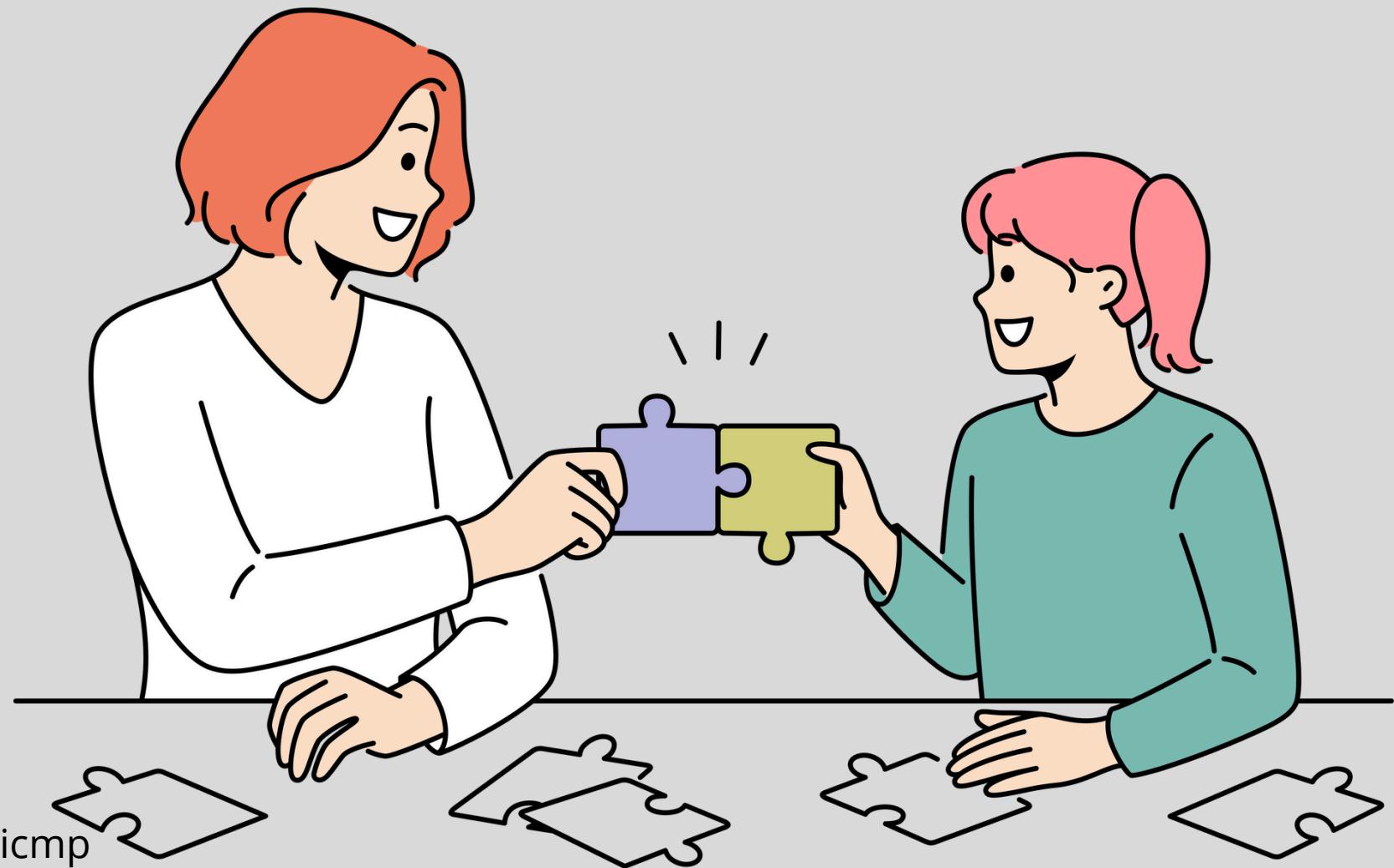
# ЧТО ДЕЛАТЬ РОДИТЕЛЮ?

**Говорите с детьми** о том, что такое буллинг, и объясняйте, как важно быть внимательным и уважительным к чувствам другого.

**Следите за его поведением:** заметили изменения в настроении, успеваемости или отношении к школе? Обязательно поговорите с ним.

**Учите ребенка выражать свои эмоции и защищать себя безопасными способами.**

**Обратитесь за помощью к профессионалам**, если ситуация не меняется.



# ЧТО ДЕЛАТЬ УЧИТЕЛЮ?

Создавайте в классе культуру уважения и взаимопомощи.

Внимательно относитесь  
к сигналам от детей.  
Никогда не игнорируйте  
жалобы на травлю.

Проводите тренинги по  
развитию эмоционального  
интеллекта и умению  
решать конфликты мирно.



**Травля** — это не просто «шалости» или «детские разборки». Это серьезная проблема, которая может оставить глубокий след в жизни ребенка.



# КУДА МОЖНО ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ?



**Всероссийский телефон доверия  
для детей, подростков и их  
родителей**

**8 800 2000 122 или 124**

**Травли NET**

**8 800 500 44 14**

**Горячая линия «Помогите мне»**

**<https://resurs-center.ru/pomogite-mne>**

**Онлайн-служба психологической  
помощи подросткам и молодежи**

**<https://твоятерритория.онлайн>**

**Общероссийский сайт  
«Помощь рядом»**

**<https://pomoschryadom.ru/>**

