***Ребята!***

***В этом номере «Вестник» расскажет о такой неприятной, жестокой и разрушающей ситуации, как БУЛЛИНГ.***

Быть может, многие не знакомы с этим понятием, кто то что-то «слышал» или «видел»… Конечно хочется верить, что в нашей школе такого нет и не будет! Но, всё же…

**Буллинг.**

**Знай врага «в лицо»!**

***Буллинг*** *(от англ. bullying- «запугивание», «издевательство», «травля»)- длительная агрессия одного или нескольких детей против других.*

***И это все «травля»!***

-словесная

-физическая

-угрозы

-неприличные жесты

-вымогательство

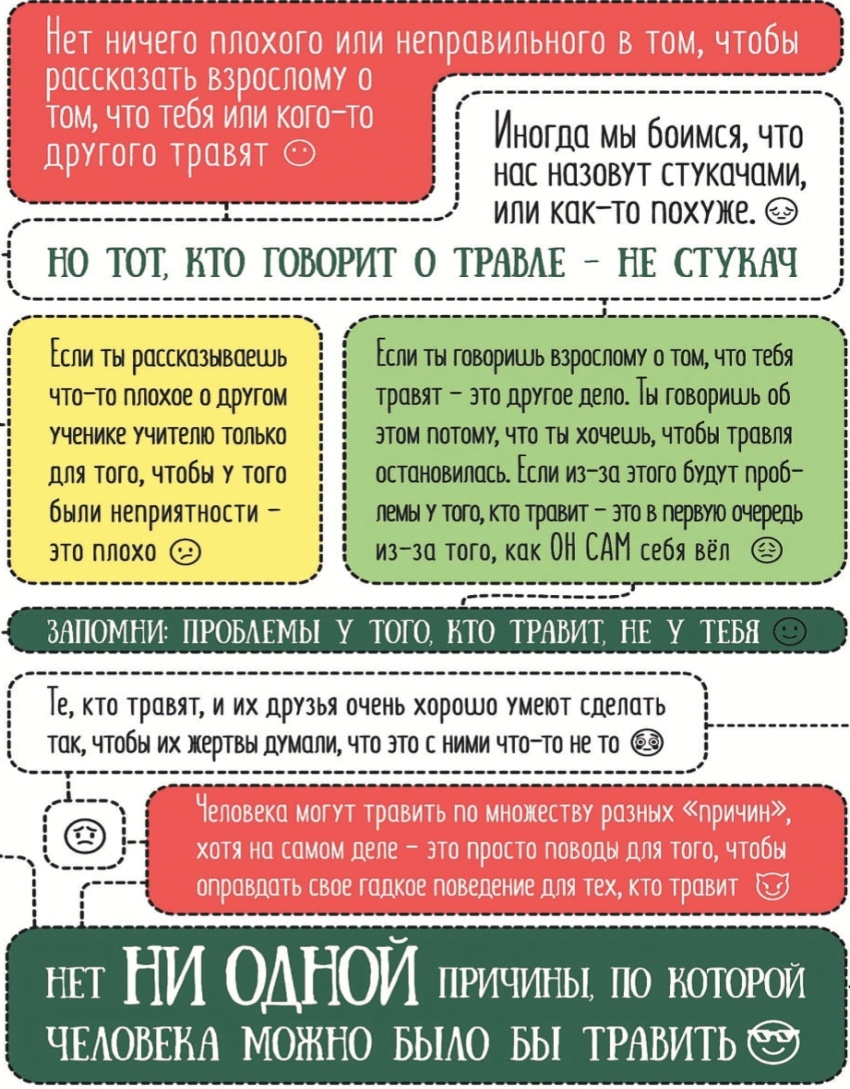
-демонстративное игнорирование

-попытки заставить других не любить жертву

-написание «гадостей»

-кибербуллинг

******



***Ответь словом!***

Скажите агрессору ясно и спокойно, что он должен опрекратить свои действия против тебя. Используй слова «Стоп», «Прекрати».

***Уходи!***

Избегай ситуаций и мест,где агрессор нападает на тебя или где нет людей. Держись рядом со взрослыми или учителями.

***Будьте спокойны!***

Можно игнорировать агрессора. Это работает, когда он все еще пытается понять, можно ли над тобой издеваться. Это не сработает, если агрессор уже начал тебя травить или даже атакует физически.

***Отвечай с юмором и будь умнее!*** Это вызывает недоумение у агрессора.

***Расскажите о травле!***

Не борись в одиночку. Попроси помощи у родителей, учителей, вызывающих доверие друзей.

***Если Вы стали жертвой травли, то …***

***Не надейся, что «все само пройдет»!***

Ситуация может ухудшиться, если агрессор поймет, что ему это сходит с рук.

***В случае кибербуллинга сохраняй сообщения от агрессора и переписку в интернете,***

Таким образом, ты сохранишь доказательства, даже если агрессор попытается «отфотошопить» переписку. Да. и такое бывает…

***Не верь тому, что ты сам виноват, что тебя травят!***

Агрессор добивается этого чувства отчаяния, вины, слабости. Он задевает черты, которые отличают тебя от других(очки, соц.статус и т.д.)