

Что делать ребёнку — жертве травли?

Если вас травят в школе, обзывают, портят одежду и вещи, обязательно расскажите об этом взрослому: родителям, учителю, старшему товарищу. Запомните: попросить помощи — это не слабость, а решение взрослого человека, попавшего в беду.

Если вас травят в интернете, обязательно сохраняйте все переписки, видео, голосовые сообщения, чтобы в дальнейшем использовать их как доказательства совершаемого кибербуллинга.



НЕ СТОИТ БОЯТЬСЯ, ЧТО "БУДЕТ ХУЖЕ" если вы кому-то расскажете о том, что происходит. Будет действительно хуже, если вы останетесь один на один со своей проблемой. Всегда найдётся тот, кто сильнее ваших обидчиков и сможет вас защитить.

Если предмет травли можно исправить, исправьте. Если нельзя, **НЕ СЧИТАЙТЕ СЕБЯ ВИНОВАТЫМИ**

Если вы стали свидетелем травли — сообщите взрослым. Буллинг необходимо остановить, чтобы он не перешёл на других ребят и/или не привёл к печальным последствиям.

Не поддавайся на провокации

ОБРАТИТЕСЬ ЗА ПОМОЩЬЮ К ШКОЛЬНОМУ ПСИХОЛОГУ ИЛИ СОЦИАЛЬНОМУ ПЕДАГОГУ
Иногда ситуация травли оказывается морально и эмоционально сложной, справиться с этим поможет специалист.

ОТВЕЧАЙТЕ С ЮМОРОМ И БУДЬТЕ УМНЫ! Если вместо ответных оскорблений человек шутит над ситуацией, это вызывает недоумение у хулиганов. Юмор — один из самых эффективных способов разоружить хулигана, но он также и самый сложный. Не каждая шутка вызовет у хулигана чувство растерянности, некоторые могут раздражить агрессора еще сильнее.

НЕ СТОИТ ИГНОРИРОВАТЬ БУЛЛИНГ!

 <https://vk.com/potencial22>

 <http://potencial22.ru/>

 +7 (3852) 206-127

 potencial22@bk.ru