В МОЕМ КЛАССЕ ВСЕ ХОРОШО!

- ✓ **Да** - если в классе мы дружим и умеем общаться
- ✓ **Да** – если мы уважаем личные границы одноклассников: не толкаем, без спроса не берем чужие вещи
- ✓ **Да** - если мы спокойно отвечаем у доски и никто не смеется
- ✓ **Да** – если у нас к классе есть правила поведения и мы их соблюдаем
- ✓ **Да** – если в нашем классе спокойная, доброжелательная атмосфера
- ✓ **Да** - если твои одноклассники или другие ребята из школы приглашают тебя на праздники или дни рождения.
- ✓ **Да** – если у тебя в школе есть друзья
- ✓ **Да** – если ты участвуешь в классных праздниках или других добровольных школьных мероприятиях
- ✓ **Да** – если учителя готовы выслушать и помочь

СКАЖИ МОББИНГУ - НЕТ!

- ✓ **Нет** - Не существует оправданий для травли одним человеком другого!
- ✓ **Нет** - Тот, кто делает вид, что ничего не замечает, способствует насилию и сам является соучастником.
- ✓ **Нет** - Когда мучителя остановят правоохранительные органы, его жизнь тоже пойдет под откос.

Составители:
Баранова Ю.Г., Серафимович И.В., Куликова С.Ю. – педагоги-психологи МОУ СШ №58 г. Ярославль.

Используемая литература: Кривцова С.В., Азбука буллинга//psychologia. edu.ru/azbuka-bullinga/start.html

Рекомендованная литература: Эндрю Мэтьюз «Прорвемся! Как справиться с проблемами», изд. Эксмо, 2011, 176 с.

МОУ «Средняя школа №58 с углубленным изучением предметов естественно-математического цикла»

«Моббинг стоп!»

Психологическое сопровождение личностных результатов в области здорового образа жизни и безопасности поведения

Моббинг (Буллинг) – коллективная или индивидуальная травля, запугивание, угрозы, унижение, насмешки, оскорбления, клевета, бойкот, сплетни и т.д.

КАК НАУЧИТЬСЯ РАСПОЗНАВАТЬ ПРИЗНАКИ МОББИНГА?

Шаг №1. Понаблюдай, есть ли это явление в твоем классе?

- ✓ **Да** - если меня не называют по имени, а обзывают и придумывают унизительные прозвища
- ✓ **Да** – если портят мои вещи или вещи других ребят и делают это специально и постоянно
- ✓ **Да** – если объявляют бойкот мне или моему однокласснику(це)
- ✓ **Да** – если у нас есть в классе человек, с которым никто не хочет сидеть за одной партой
- ✓ **Да** – на перемене, после уроков, в спортивной раздевалке ты боишься, что начнут издеваться, обижать
- ✓ **Да** – если тебе угрожали физической расправой.

Шаг №2. Послушай, говорит ли кто рядом с тобой так?

(Как услышать моббинг)

- ✓ ***Да*** *– если говорят: «Ты где такой прикид раздобыл? Видно, Секонд хенд – единственный твой магазин»*
- ✓ ***Да*** *– если говорят: «Нет, я с ним (ней) не сяду!!»*
- ✓ ***Да*** *– если говорят: «Фу, от кого это несет помойкой?»*
- ✓ ***Да*** *– если говорят: «Почему он (она) учится в нашем классе? Убирайся отсюда!!»*
- ✓ ***Да*** *– если говорят: «Ну у тебя и прическа (одежда, сумка, пенал и др.)!»*

Шаг №3. Как предотвратить моббинг?

1. **Не молчи**. Не держи то, что происходит, в себе. Поговори об этом со своими родителями / учителем /психологом/ другом. Или позвони по телефону доверия 8-800-200-01-22

2. **Называй вещи своими именами.** Моббинг (травля) - «Это недопустимо и отвратительно!»

3. **Скажи** ясно и недвусмысленно о том, что недопустимое поведение должно быть прекращено

4. **Найди** тех, кто тебя поддерживает, среди одноклассников или других ребят из школы

5. **Найди** себе друзей или продолжай развивать отношения с уже имеющимися друзьями. Чтобы чувствовать себя хорошо и не выпадать из социальных отношений, важно уметь общаться. Запишись в школьный клуб общения, секцию, кружок