

НАРКОМАНИЯ

Преступность

Суицид

КИБЕРБУЛЛИНГ

ЭКСТРЕМИЗМ

БУЛЛИНГ

ТЕРРОРИЗМ

Скулшутинг

ВИЧ/СПИД

О чём должен
знать каждый

Родитель
Педагог
Гражданин

Время прочтения ~ 7 минут

Спасённых жизней ∞

Травля (буллинг, мббинг) – преследование одного человека другим, или группой лиц

продолжительное домогательство, оскорбление, распространение слухов и личной информации, использование фиктивного имени, бойкот, открытая угроза физической расправы и т.д.

Интернет-травля (кибербллинг, кибермббинг, трллинг) – намеренная травля с помощью современных средств коммуникации в течение продолжительного периода времени.

Причины проявления:

Страх стать жертвой травли;

Завоевание признания, потребность «выделиться»;

Межкультурные конфликты, нетипичная внешность;

Скука, шутки от «нечего делать»;

Личностный кризис: зависть, злость, неудачи и т.п.

Жертвами травли становятся люди, обладающие повышенной чувствительностью, не умеющие скрывать свои чувства (слабость, страх, обиду, злость).

Важно!

Что бы не явилось причиной преступления,
необходимо сделать всё,
чтобы его предотвратить

На что необходимо обращать внимание



Поведение

Изменение поведения – неожиданная замкнутость, отстранённость, снижение успеваемости, нежелание ходить на занятия, неожиданное исчезновение личных вещей, денег, частое плохое самочувствие, подавленное настроение, беспричинные слёзы и эмоциональные всплески.



Внешний вид

Бесконечные синяки, царапины, порезы и прочие физические свидетельства, испачканная и порванная одежда.



Виртуальная жизнь

Частое пребывание в мире фантазий и онлайн-игр с целью отвлечения от действительности.

Распространение в соцсетях и мессенджерах заведомо ложной информации, насмешки и провокации, оскорбления и запугивание.



Самые тяжёлые последствия травли проявляются у жертвы – потеря уверенности в себе может привести к психическим отклонениям, может выступить причиной суицида.

Доведённая до отчаяния жертва может отомстить обидчику путём нанесения тяжких травм.

Свидетели травли получают опыт бессилия перед властью толпы и стыда за своё слабодушие из страха самому оказаться жертвой.

Опыт насилия у агрессора приводит к огрублению чувств, потере возможностей создания нормальных отношений с друзьями, родственниками, в том числе собственными детьми.

Чтобы избежать буллинга

-  Научите ребенка не показывать свои слабости, чувствовать уверенность в себе или хотя бы создавать такую видимость перед агрессором (прямая спина, поднятая голова, открытый взгляд, уверенные и спокойные движения, речь).
-  Напомните ребёнку о том, что он уникальный, способный и интересный человек, как вы его любите и уважаете, как он важен для вас.
-  Научите ребёнка правилам поведения и общения. Расскажите, что не стоит зазнаваться, хвастаться, ябедничать, жадничать, шутить над кем-то, быть замкнутым и сторониться сверстников, демонстрировать собственное превосходство – интеллектуальное, физическое или материальное. В интернете нельзя ни с кем делиться личной информацией. В цифровом мире, как и в реальной действительности, люди несут ответственность за то, что они смотрят, что они делают, что они публикуют. атрибутику, символику, символику экстремистских организаций.

Важно!

Не забывайте беседовать с детьми об их друзьях, увлечениях, о том, чем они заняты. Делайте это непринуждённо, допросы только отталкивают. Объясните детям, что они будут в безопасности, если сами расскажут вам о своих тревогах и угрозах.

На что обратить внимание

Большинство жертв боятся признаться в том, что с ними происходит.

Стоит быть предельно корректным и терпеливым, попытаться избежать двух самых распространенных ошибок: чрезмерная опека и чрезмерная легкомысленность.

Важно!

Если вы выявили потенциальную угрозу, не бойтесь сообщать об этом в соответствующие органы – лучше предотвратить, чем расследовать!

- Наблюдая за поведением, аккаунтом в социальных сетях можно отреагировать на сообщения с троллингом, подав жалобу администрации сайта, сообщить в полицию, выступить в качестве посредника в разрешении конфликта.
- Если ребёнок на контакт не идет, стоит обратиться за помощью к психологу — пока без ребёнка, чтобы выработать стратегию поведения в конкретной ситуации, обратить внимание на то, что вы не замечали. После этого можно посетить психолога вместе с ребёнком
- Поставьте в известность классного руководителя/куратора, администрацию учебного заведения. Постарайтесь добраться до сути конфликта
- Очень важно оценить степень риска, а при необходимости обратиться в социальные службы, правоохранительные органы.

Куда обращаться за помощью

Единая служба
спасения **112**

Телефон доверия **8 800 200 01 22**
(круглосуточно, анонимно, бесплатно)

Служба безопасности **8 3452 68 14 89**
Тюменского индустриального
университета

Психологи-консультанты **8 3452 28 37 30**
Тюменского индустриального
университета