

Понедельник, 10.11.2025.

Пятиминутка о профилактике травли

http://cppp.rcoedu.ru/video_1125/mesyachnik_bulling.mp4

Текст для учителя:

Ребята, сегодня мы поговорим о важной и серьезной теме - травле. Это явление касается многих и может проявляться в разных формах, как в реальной жизни, так и в интернете. Травля – это когда один человек или группа людей преследуют другого, нанося ему физические или психологические страдания.

Существует несколько видов буллинга. Один из самых распространенных — это физический буллинг, когда люди применяют силу, наносят побои или запугивают своих жертв. Другой распространенный вид — вербальный буллинг, когда обидчик использует уничижительные слова, оскорбления или насмешки в адрес жертвы. Также существует социальный буллинг, который включает в себя исключение человека из компании, распространение слухов или негативных комментариев.

Важно понимать, что жертвой буллинга не только ты, но и твои друзья или близкие. Изменения в поведении друзей могут быть тревожным знаком. Если вы заметили, что кто-то стал более замкнутым, избегает общения, у него снижается настроение или появляется волнение, это может быть связано с буллингом. Не оставайтесь равнодушными! Постарайтесь поговорить с ними и поддержать.

Если вы сами стали жертвой буллинга или видите, что так происходит с вашим другом, важно обращаться за помощью. Будьте смелыми — расскажите об этом родителям, учителям или другим взрослым, которым вы доверяете. Помните, что никто не должен терпеть обиды и унижения. Вместе мы можем справиться с этой проблемой и создать более безопасную обстановку для всех.

Вопросы для обсуждения:

1. Какие чувства могут испытывать жертвы буллинга, и как это может повлиять на их поведение?
2. Как вы можете помочь своему другу, если заметили изменения в его поведении?
3. Что вы сделали бы, если бы стали свидетелем буллинга в школе?