



ЦЕНТР «БЕЗОПАСНОСТЬ
И ПРОФИЛАКТИКА»

проект от
росмолодёжь

Неделя 
«БезОпасности»

Профилактика травли в образовательных организациях

Тема занятия: «Мягкий путь: от анализа к развитию»

Целевая аудитория: дети и подростки 10–18 лет



ПРИРОДНАЯ СРЕДА



СОЦИАЛЬНАЯ СРЕДА



ИНФОРМАЦИОННАЯ СРЕДА



ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ

ШУМ, ЗАГРЯЗНЕНИЕ

СОЦИАЛЬНЫЕ ФАКТОРЫ

КОНФЛИКТЫ, ДАВЛЕНИЕ СВЕРСТНИКОВ,
ССОРЫ В КОЛЛЕКТИВЕ

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ

УСТАЛОСТЬ, НЕОПРЕДЕЛЕННОСТЬ,
ПЕРЕГРУЗКА ИНФОРМАЦИЕЙ



БУДУ/ НЕ БУДУ

МОГУ/ НЕ МОГУ

ХОЧУ/ НЕ ХОЧУ

???



Стрессовая ситуация

По дороге в школу, в переполненном автобусе, на тебя неожиданно накричал незнакомый пассажир

В присутствии других учеников один из твоих одноклассников оскорбил тебя, назвав обидным словом

После ссоры с другом ты не сдержал эмоций и в порыве гнева задел его рюкзак ногой

Отрицательная реакция

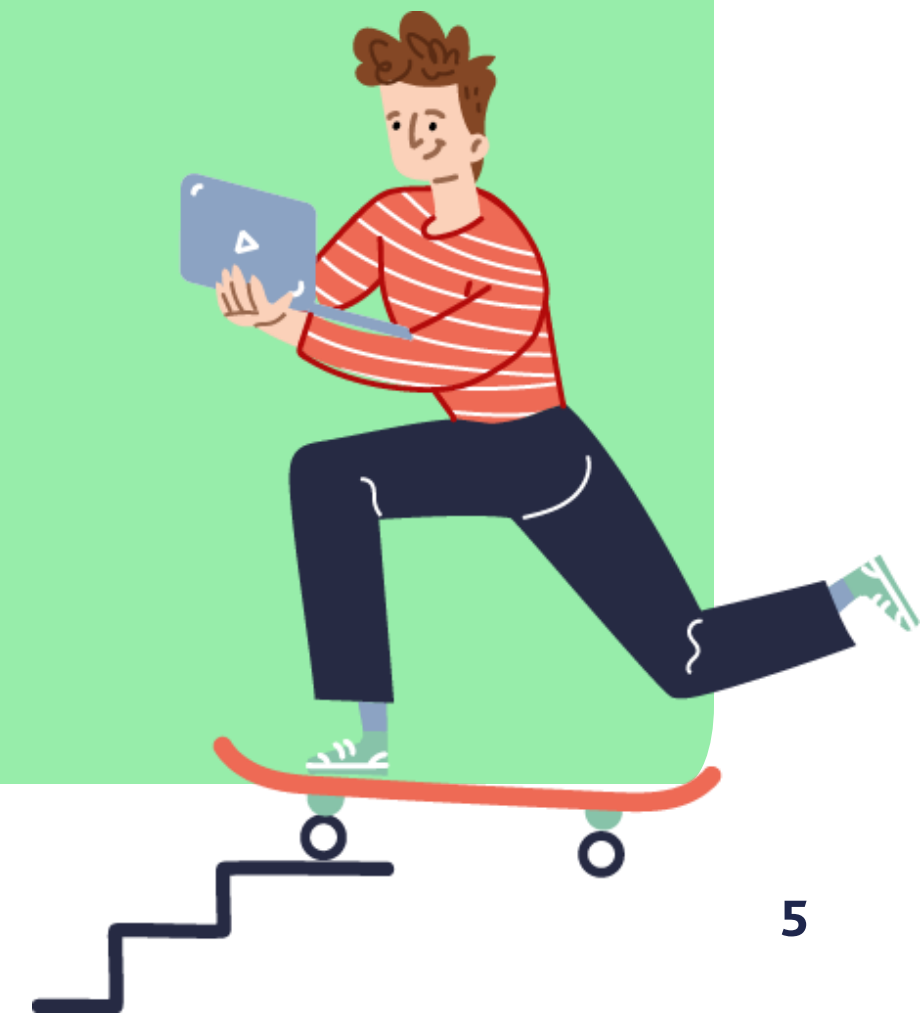
Последствия

Что может изменить ситуацию?

Положительная реакция

Последствия

Что может улучшить ситуацию?



ДЕСТРУКТИВНЫЕ РЕАКЦИИ

Психологические

насмешки
обзывания
клички
придирки
угрозы

Информационные

дезинформация
сплетни
доносительство
клевета
бойкот

Материальные

порча личных вещей
мелкие кражи
вымогательство
причинение
вреда здоровью

Интерактивные

кибербуллинг
любые проявления травли,
совершённые публично
с использованием
сети Интернет

ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ РЕАКЦИИ

Психологические

спокойное выражение
своих чувств
поддержка и поощрение
проявление
эмпатии

Информационные

честность
и правдивость
конструктивные сообщения
поддержка
через слова

Материальные

бережное отношение
к чужим вещам
проявление помощи и
милосердия

Интерактивные

грамотное цифровое
поведение
позитивная активность онлайн
создание полезного контента

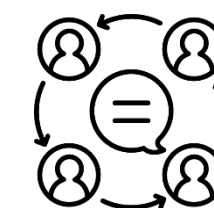
Установка норм и правил



В зависимости от характера совершённых действий нарушителей, в том числе несовершеннолетних, за травлю (буллинг) могут привлечь к дисциплинарной, административной, уголовной или гражданско-правовой ответственности.



АДМИНИСТРАТИВНЫЕ НОРМЫ



МОРАЛЬНЫЕ (ЭТИЧЕСКИЕ) НОРМЫ



Права каждого человека на уважение личности и человеческого достоинства закреплены Конституцией Российской Федерации: ничто не может быть основанием для умаления достоинства личности (ч. 1, ст. 21).



Административный штраф в размере от 3 до 5 тыс. рублей (с 16 лет), (ч. 1. ст. 5.61. «Оскорбление»)



Лишение свободы на срок до 5 лет (с 14 лет) (ст. 213 «Хулиганство»)

Не обижай слабых

Не обманывай

Уважай старших

Поступай по отношению к другим так, как хотел бы, чтобы поступали с тобой





ВЫБОР СТРАТЕГИИ ПОВЕДЕНИЯ



уметь анализировать



уметь описывать себя
(свои чувства
и мотивы)



навыки
самоконтроля



доверительные
отношения
со взрослыми



цифровая
гигиена



не проявлять равнодушие
к проблемам других

МЫСЛЬ

ДЕЙСТВИЕ

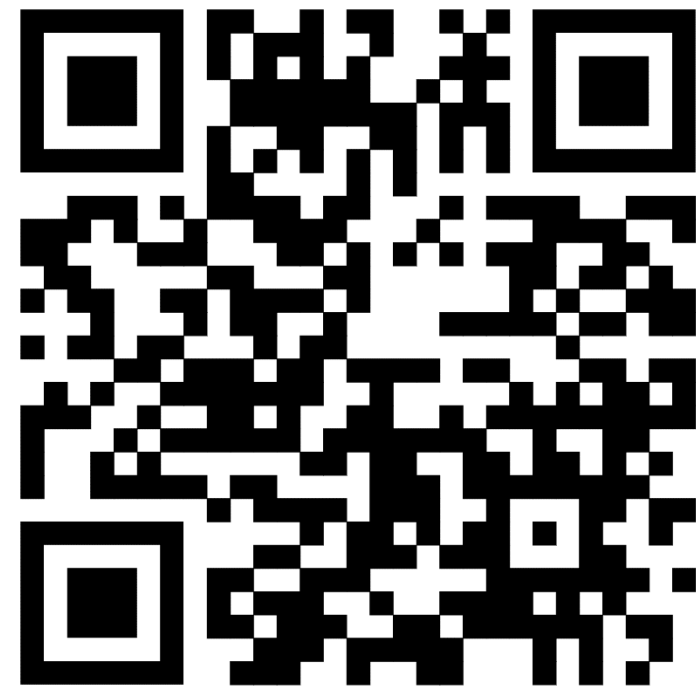
СЛЕДСТВИЕ

- Научись распознавать ранние импульсы, ведущие к зависимости (желание посмотреть соцсети, поиграть в игру, выпить кофе и т.д.)
- Проанализируй причину возникновения мысли (скука, стресс, привычка, попытка избежать негативных эмоций)
- Задумайся, как эта мысль повлияет на твое будущее поведение и самочувствие

- Постарайся отложить реализацию импульса на некоторое время (отложи телефон, займись другим делом)
- Попробуй заменить непродуктивное действие полезным (спорт, чтение, общение с близкими)
- Оцени реальные преимущества и недостатки запланированного действия

- Проверь, привело ли твое предыдущее положительному или отрицательному результату
- Сделай выводы и исправь ошибки в следующем подобном эпизоде
- Составь список успешных и неудачных примеров, чтобы закрепить правильные модели поведения

**Федеральное агентство
по делам молодёжи**



росмолодёжь