

## Стал участником травли?

### Ответишь по закону

*Если тебе меньше 14 лет* — отвечать за твои поступки придется родителям. Их могут обвинить, что они не исполняют свои обязанности по твоему воспитанию (ст. 5.35 КоАП).

Более того, если ты сломаешь или испортишь чужую вещь, то возместить ущерб будут обязаны именно они.

*Если тебе исполнилось 14 лет*

— ты будешь лично отвечать за причинение вреда здоровью другого человека, совершение кражи или грабежа, вымогательство, уничтожение чужого имущества. Наказание наступит, если тебя уличат в вандализме или хулиганстве при отягчающих обстоятельствах (ст. 111, 112, 158, 161–163, ч. 2 ст. 167, ч. 2 ст. 213, ст. 214 УК).

*Если тебе 16 лет* — ты в полной мере отвечаешь за свои действия. Не жди, что тебе сойдут с рук доведение до самоубийства, возбуждение ненависти или вражды, побои, клевета, мелкое хулиганство и истязание другого человека (ст. 110, 116, 117, 128.1, 282 УК, ст. 20.1 КоАП).



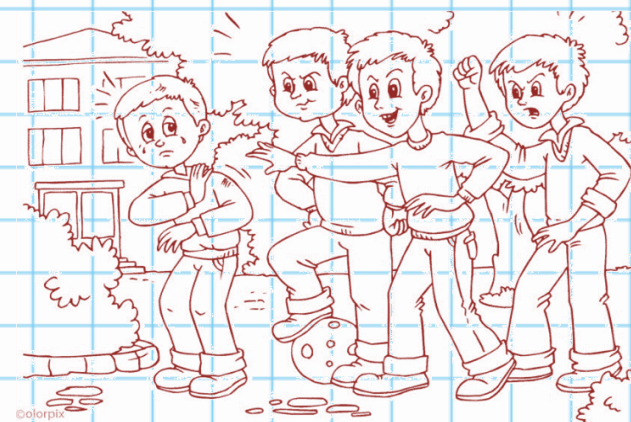
**АНОНИМНО**  
**КРУГЛОСУТОЧНО**  
**БЕСПЛАТНО**

ТОГБОУ ДО «Центр развития творчества детей и юношества»

8 (4752) 42-95-35

Тамбовское областное государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования «Центр развития творчества детей и юношества»

# Буллинг. Что делать?



В коллективе случаются такие ситуации, когда группа ребят выделяет одного человека для того, чтобы посмеяться над ним.

**Травля или буллинг** – это повторяющееся агрессивное поведение одного человека или группы лиц с намерением причинить вред другому.

### *Что делать, если ты стал жертвой буллинга?*

Обязательно расскажи кому-то из взрослых о сложившейся ситуации.

Не стесняйся просить о помощи.

Не отвечай агрессией на агрессию, так как это только ухудшит ситуацию.

Не соглашайся разобраться с обидчиком один на один, после уроков.

Не смирайся с участью жертвы, старайся привлечь на свою сторону друзей и их поддержку, так будет проще справиться с ситуацией притеснения.

### **Сохраняй спокойствие:**

чем сильнее ты злишься, тем больше даёшь обидчику ощущение власти над тобой.

### **При встрече с ним:**

смотри в глаза, а не под ноги; выпрями плечи;

не держи руки в карманах; говори чётко и уверенно.



### **Используй следующие стратегии поведения:**

твёрдо и уверенно скажи, что тебе не нравится такое обращение;

пошутить в ответ;

спокойно уйди (не убегай);

обратись за помощью к друзьям или старшим, если не можешь справиться сам.



Если кто-то тебя убеждает, что взрослым говорить нельзя, знай – это манипуляция, чтобы издеваться над тобой и дальше.

Никакие особенности поведения или личные качества человека не оправдывают травлю.

В случае очень серьёзного эпизода буллинга, возможно, тебе придется сообщить в полицию.

Ты можешь сделать это сам, позвонив в полицию по телефону 102, или попросить своих родителей или учителя сделать это за тебя. Ты не должен стесняться из-за того, что ты позвонил в полицию.

### *Что делать, если ты стал свидетелем буллинга?*

Если в твоём классе кого-то постоянно обижают, то ты можешь объединиться с друзьями и заступиться за него вместе со всеми!

Помни, все могут быть в трудной ситуации, и стоит поддержать друг друга.

Издевательства никогда не приемлемы независимо от того, что обидчик говорит, чтобы оправдать свои действия.

Буллинг может произойти только в том случае, если зрители одобряют его или делают вид, что не видят.

Если ты хочешь помочь, то решай конфликт словами, не пытайся решить конфликт дракой.

Ситуация буллинга может иметь очень тяжёлые последствия для жертвы, но не обойдет стороной и всех его участников. Поэтому крайне важно поставить в известность о происходящем взрослых – классного руководителя, родителей.

