



Не просто шутка: как распознать и остановить буллинг

Гайд по психологической безопасности в студенческой среде



Наш ресурс в
«ВКонтакте»

Координационный центр по вопросам формирования у молодёжи активной гражданской позиции, предупреждения межнациональных и межконфессиональных конфликтов, противодействия идеологии терроризма и профилактики экстремизма
АГУ им. В.Н. Татищева



Что такое буллинг? (Разрушаем мифы)

Это просто жесткий студенческий юмор/прикол



Буллинг — это систематическое и намеренное физическое или психологическое насилие со стороны одного человека или группы к другому, где есть явное неравенство сил



Наш ресурс в
«ВКонтакте»

Координационный центр по вопросам формирования у молодёжи активной гражданской позиции, предупреждения межнациональных и межконфессиональных конфликтов, противодействия идеологии терроризма и профилактики экстремизма
АГУ им. В.Н. Татищева

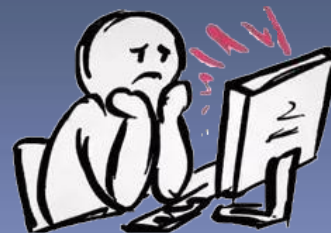


Маски травли: каким бывает буллинг в вузе?



Вербальный:

Оскорбления, злые сплетни, публичные насмешки



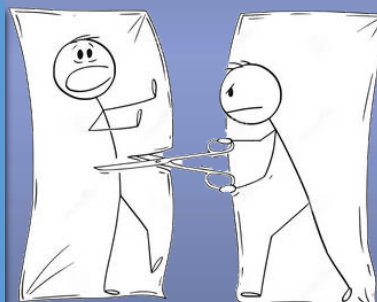
Кибербуллинг:

Травля в комментариях, создание оскорбительных мемов, публикация чужих личных фото/переписок (доксинг)



Социальный (бойкот):

Намеренное игнорирование, исключение из общих чатов, проектов, отказ сидеть рядом или общаться



Физический/экономический:

Порча личных вещей, вымогательство, физическое давление



Наш ресурс в «ВКонтакте»

Координационный центр по вопросам формирования у молодёжи активной гражданской позиции, предупреждения межнациональных и межконфессиональных конфликтов, противодействия идеологии терроризма и профилактики экстремизма
АГУ им. В.Н. Татищева



Почему совет «Просто не обращай внимания» НЕ работает???



Травля — это динамический процесс. Молчание и игнорирование буллы часто воспринимают как слабость и зеленый свет для продолжения

Что делать вместо этого?

Не показывай бурных эмоций (страха, слез) — это то, чего ждет агрессор

Отвечай спокойно, уверенно и твердо: «Мне это неприятно. Перестань», «Я не буду разговаривать в таком тоне»

Фиксируй факты (делай скриншоты, если это происходит в сети)



Наш ресурс в
«ВКонтакте»

Координационный центр по вопросам формирования у молодёжи активной гражданской позиции, предупреждения межнациональных и межконфессиональных конфликтов, противодействия идеологии терроризма и профилактики экстремизма
АГУ им. В.Н. Татищева



Что делать, если объект травли — ТЫ?



Помни: дело не в тебе. Агрессор выбирает жертву не потому, что она «плохая», а чтобы самоутвердиться или выместить свою агрессию

Не пытайся договориться. С рациональной позиции договориться с буллером невозможно

Расскажи об этом. Это не «стукачество», это самооборона. Обратись к куратору, старосте, родителям или психологу вуза

Уйди из эпицентра. Если возможно, смени круг общения, пересядь, выйди из токсичного чата



Наш ресурс в
«ВКонтакте»

Координационный центр по вопросам формирования у молодёжи активной гражданской позиции, предупреждения межнациональных и межконфессиональных конфликтов, противодействия идеологии терроризма и профилактики экстремизма
АГУ им. В.Н. Татищева



Сила свидетеля: что делать, если травят другого?



Молчаливое большинство — это главная опора буллера.
Без зрителей травля теряет смысл

Твои действия:

Не поддерживай: не смейся над «злыми шутками»,
не делай репосты мемов

Вырази поддержку лично: напиши пострадавшему:
«Я видел, что произошло. Это ненормально, я на
твоей стороне». Это спасает от чувства одиночества

Привлеки третью сторону: сообщи куратору,
студсовету или психологу.



Наш ресурс в
«ВКонтакте»

Координационный центр по вопросам формирования у молодёжи
активной гражданской позиции, предупреждения межнациональных
и межконфессиональных конфликтов, противодействия идеологии
терроризма и профилактики экстремизма
АГУ им. В.Н. Татищева



Буллинг — это юридическая ответственность



Травля — это не просто «детские обиды»,
у нее есть правовые последствия:

Оскорбление и клевета
(ст. 5.61 КоАП РФ, ст. 128.1 УК РФ)

Угроза убийством или причинением вреда здоровью
(ст. 119 УК РФ)

Доведение до самоубийства
(ст. 110 УК РФ)

За игры в «лидера» можно получить реальный
штраф, отчисление из вуза или уголовный срок



Наш ресурс в
«ВКонтакте»

Координационный центр по вопросам формирования у молодёжи
активной гражданской позиции, предупреждения межнациональных
и межконфессиональных конфликтов, противодействия идеологии
терроризма и профилактики экстремизма
АГУ им. В.Н. Татищева



Куда обратиться за помощью?



Всероссийский телефон доверия для детей
и подростков: 8 800 200-01-22

Многопрофильный социальный центр «Содействие»
г. Астрахань, ул. Богдана Хмельницкого, д. 2, корп. 3
Телефон: 8 (8512) 35-17-82

Прокуратура Астраханской области:
Телефон: 8 (8512) 52-31-15
Телефон: 8 (8512) 49-31-40
Телефон: 8 (8512) 52-08-39

УМВД России по Астраханской области
Единый телефон полиции, доступный со стационарных
и мобильных устройств: 102
Единый телефон экстренных служб, доступный
со стационарных и мобильных устройств: 112
Телефон доверия: 8 (8512) 40-01-01



Наш ресурс в
«ВКонтакте»

Координационный центр по вопросам формирования у молодёжи
активной гражданской позиции, предупреждения межнациональных
и межконфессиональных конфликтов, противодействия идеологии
терроризма и профилактики экстремизма
АГУ им. В.Н. Татищева

