

## ЧТО ТАКОЕ ТРАВЛЯ?

Травля – это систематическое умышленное причинение вреда обучающемуся со стороны одного или группы лиц, сопровождающееся дисбалансом силы (физической, статусной, численной или цифровой).

Травля не является «шуткой» или «обычным конфликтом».

## УЧАСТНИКИ СИТУАЦИИ ТРАВЛИ:

Инициатор (зачинщик) – запускает и поддерживает травлю.

Соучастники (помощники) – активно помогают или поддаютывают.

Наблюдатели – видят, но не вмешиваются (по разным причинам).  
Защитники – вмешиваются, сообщают взрослым, поддерживают пострадавшего.

Жертва – обучающийся, в отношении которого совершаются действия травли.

## КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ, СТАВШЕМУ ЖЕРТВОЙ БУЛЛИНГА?

### Поддержка и доверие:

«Ты не виноват(а).  
Мы рядом и защитим».

### Сбор информации:

кто/где/когда/что произошло.  
Сохранение цифровых доказательств.

### Взаимодействие со школой:

письменное обращение классному руководителю/администрации/психологу.  
Согласование плана безопасности (сопровождение на переменах, смена раскладки, «безопасные взрослые»).

### Психологическая помощь:

консультация школьного психолога/специалиста.

Мониторинг состояния ребенка.

### Цифровая гигиена:

приватность аккаунтов, блокировка, жалобы модераторам платформ.

Ты не один: помощь рядом!  
Детский телефон доверия:

8 800 2000 122 (с любого стационарного или мобильного телефона)

124 (с мобильного телефона)

+7 978 0000738 (дополнительный номер для Республики Крым)

Министерство образования,  
науки и молодежи Республики Крым

**БЕЗОПАСНАЯ ШКОЛА:  
ПОРЯДОК РЕАГИРОВАНИЯ  
НА СЛУЧАИ ТРАВЛИ**

**СТОЛКНУВШИСЬ С БУЛЛИНГОМ,  
ГЛАВНОЕ НЕ МОЛЧИТЕ!**



## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ СТАЛ(А) ЖЕРТВОЙ БУЛЛИНГА:

### АЛГОРИТМ СТОП:

**Соблюдай безопасность:** Выйди в безопасное место/покинь чат. Не оставайся один (одна).

**Твердо обозначь границу** (если безопасно): «Перестань», «Мне это неприятно».

**Ограничь доступ:** блокируй, меняй маршрут/место в классе, настрой приватность.

**Попроси помощь:** немедленно обратись к классному руководителю/педагогу/школьному психологу/родителям/друзьям.

**! фиксация фактов:** даты, места, имена, скриншоты/фото следов и свидетели.

**! В экстренной опасности:** обратись к ближайшему взрослому. При необходимости – вызови экстренные службы.

Помни, что любая форма травли – это нарушение правил и повод обратиться к взрослым и в администрацию школы.

## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ТЫ СТАЛ СВИДЕТЕЛЕМ ТРАВЛИ?

**Оценить безопасность.** Если риск высок – не вмешивайся напрямую.

**Прервать коротко (если безопасно).**

«Так нельзя. Прекратите», «Сейчас позову учителя».

**Вывести пострадавшего.** «Пойдем, нас ждут в кабинете» – уйдите вместе.

**Сообщить взрослому.**

Учитель/дежурный/психолог.

**зафиксировать.** запомнить свидетелей. В интернете сделать скриншоты.

**Поддержать позже.** «Я видел(а). Ты не виноват(а). Могу пойти с тобой к учителю.»

**Онлайн-реакция.** Блокировка, жалоба модераторам, снятие тега, не распространять.

**Сообщать взрослому при повторе.**

Обратиться к классному/администрации, использовать анонимный ящик/форму.

**Не делай: не снимай** «ради шутки», не пересылай контент травли, и не поддакивай агрессору.

**Помни, что ЖЕРТВОЙ БУЛЛИНГА МОЖЕТ СТАТЬ АБСОЛЮТНО ЛЮБОЙ!**

## КАКИЕ ВИДЫ ТРАВЛИ СУЩЕСТВУЮТ?

**Словесная** – оскорбления, прозвища, унижения, угрозы и шантаж.

**Физическая** – толчки, пинки, подножки, щипки, порча/уничтожение вещей.

**Социальная (исключение)** – бойкот, игнорирование, «не берем в команду» и изоляция.

**Психологическая/эмоциональная** – запугивание, высмеивание, газлайтинг и публичное унижение.

**Материальная** – кража, вымогательство, отбор карманных денег и порча личного имущества.

**Дискриминационная** – травля по признаку внешности, пола, национальности, языка, вероисповедания, здоровья и др.

**Кибербуллинг (цифровая травля)** – травля в чатах и соцсетях, фейковые аккаунты, «слив» фото/переписок и хейт-комментарии.

**Преследование (сталкинг)** – навязчивое слежение офлайн/онлайн, контроль, слом паролей и угрозы «следить».