

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ПОДВЕРГЛИСЬ БУЛЛИНГУ ПО НАЦИОНАЛЬНОМУ ПРИЗНАКУ?

ПАМЯТКА ДЛЯ ИНОСТРАННЫХ ОБУЧАЮЩИХСЯ

1

Что такое буллинг?

Буллинг (от английского bullying «издевательство», «травля») — это агрессия одних людей против других.

Буллинг проявляется как:

- Оскорбления и злые слова.
- Нанесение физических травм, нарушение физической неприкосновенности, нарушение личного пространства.
- Распространение сплетен и слухов.

2

3

Ни в коем случае не отвечайте обидчикам грубыми словами, не применяйте физическое насилие.

Если обидчик провоцирует вас на открытый конфликт, уклоняйтесь от него любым способом.



4

Сообщите вашим родителям и учителю о проблеме.

Не оставайтесь с обидчиками наедине, старайтесь держать дистанцию и отстраниться от них.

Постарайтесь сохранять спокойствие и не подавать виду, что обидчики добились своего.

Обратитесь на бесплатную горячую линию для получения психологической поддержки.

5

6

Буллинг — действия, направленные на возбуждение ненависти либо вражды, совершенные публично, являются незаконными и караются штрафом (от трех тысяч до пяти тысяч рублей).