

**КОНФЛИКТ**

**ИЛИ**

**БУЛЛИНГ?**

ПРИЗНАКИ, ОТЛИЧИЯ, ПОМОЩЬ



**#МОЛЧАТЬНЕЛЬЗЯПОМОЧЬ**

# КОНФЛИКТ

– это столкновение противоположных интересов, позиций, целей

## ЦЕЛЬ КОНФЛИКТА

отстоять свое мнение, получить то, что хочется или «принадлежит по праву»

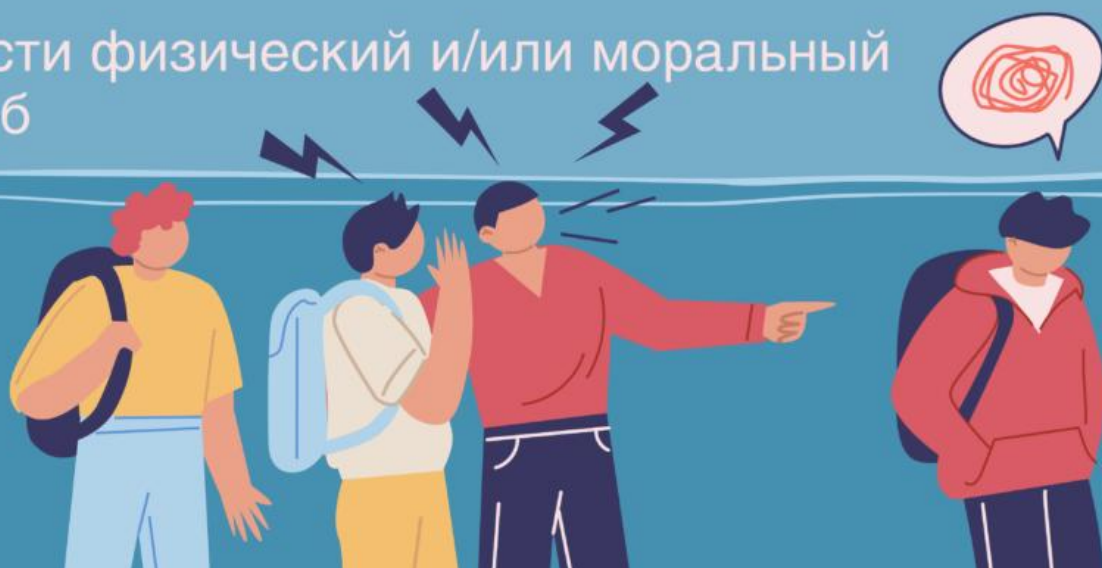


# БУЛЛИНГ (ТРАВЛЯ)

– это физическая и/или психологическая агрессия одних детей против других: запугивание, игнорирование, оскорбления, насмешки, избиение и т.д.

ЦЕЛЬ ТРАВЛИ по отношению к тому, кого преследуют:

- вызвать страх
- подчинить себе
- нанести физический и/или моральный ущерб



## ОСНОВНЫЕ ОТЛИЧИЯ КОНФЛИКТА ОТ ТРАВЛИ

### КОНФЛИКТ

### ТРАВЛЯ

#### НАЛИЧИЕ ПОВОДА

↓

**Существует  
«яблоко раздора»**  
– причина, предмет  
конфликта

↓

**Нет причины или  
предмета**, по поводу  
которых возможно  
было бы договориться  
о перемирии

Агрессия направлена  
на самого человека  
просто потому, что он  
не нравится, подвернулся  
«под горячую руку»

Любой может стать  
объектом для травли



# ОСНОВНЫЕ ОТЛИЧИЯ КОНФЛИКТА ОТ ТРАВЛИ

## КОНФЛИКТ

## ТРАВЛЯ

### КОЛИЧЕСТВО УЧАСТНИКОВ



**Примерно одинаковое:**  
один-двое против  
одного-двух и т.д.



Обычно – группа против  
**одного человека**

### СООТНОШЕНИЕ СИЛ



**Более-менее равное**  
Каждый(ая) может  
повлиять на ситуацию,  
выйти из нее



**Силы неравны,**  
один против всех  
В одиночку невозможно  
что-либо изменить

## ОСНОВНЫЕ ОТЛИЧИЯ КОНФЛИКТА ОТ ТРАВЛИ

### КОНФЛИКТ

### ТРАВЛЯ

ЦЕЛЕНАПРАВЛЕННОСТЬ,  
ДЛИТЕЛЬНОСТЬ, РЕГУЛЯРНОСТЬ



**Конфликт возникает спонтанно**

Может то затухать, то разгораться вновь

Обычно длится недолго. При этом нет цели специально унизить кого-либо



**Человека преследуют нарочно, систематически и на протяжении долгого времени**

## ОСНОВНЫЕ ОТЛИЧИЯ КОНФЛИКТА ОТ ТРАВЛИ

### КОНФЛИКТ

### ТРАВЛЯ

#### ЭМОЦИИ, ЧУВСТВА



**Обида, раздражение, гнев и др.**

При этом более-менее есть ощущение безопасности и поддержка окружающих



**Тот, кто подвергается травле:**

- ⊖ не ощущает себя в безопасности
- ⊖ может сомневаться в своей нормальности и ценности себя как личности
- ⊖ чувствует себя одиноким(ой) и беспомощным(ой)

## КАК СЕБЕ ПОМОЧЬ В ХОДЕ КОНФЛИКТА



- **Развивать коммуникативные навыки:** умение слушать и слышать других людей, корректно выражать мнение, вести переговоры
- **Расширять спектр стратегий поведения** в конфликте, выбирать наиболее подходящую в зависимости от ситуации
- **Посоветоваться с взрослыми,** которым доверяешь
- **Обратиться к психологам** за поддержкой





## КАК СЕБЕ ПОМОЧЬ ПРИ СТОЛКНОВЕНИИ С ТРАВЛЕЙ



- **Обязательно рассказать о буллинге взрослым людям, которым доверяешь:**  
родителям, родственникам, школьным учителям или психологам, родителям друзей, педагогам из подростковых секций и кружков

*Только у взрослых есть ресурсы, чтобы прекратить травлю*

- **Обратиться к психологам за дополнительной поддержкой**



ПомощьРядом.рф

.....(10)



**БЕРЕГИ СЕБЯ  
БУДЬ В БЕЗОПАСНОСТИ!**

**ТЫ НЕ ОДИН –  
ПОМОЩЬРЯДОМ.РФ**  
ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ ПОДРОСТКАМ

**ОНЛАЙН**

**АНОНИМНО**

**БЕСПЛАТНО**



**ФОНД  
ПРЕЗИДЕНТСКИХ  
ГРАНТОВ**