

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»



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**

