

# 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

### ЭМОЦИИ, ЧУВСТВА



**Обида, раздражение,  
гнев и др.**

При этом более-менее  
есть ощущение  
безопасности и поддержка  
окружающих

## ТРАВЛЯ



**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**

