

1. Пострадавшему от психологического давления школьнику нужно выбрать помощников. Это люди, которые его уважают и ценят. Это может быть родитель, учитель, психолог, авторитетный друг.
2. Необходимо поднять авторитет жертвы буллинга и изменить отношение к обидчикам (причина травли в твоей реакции на ситуацию, главное - не злись, это приносит им удовольствие)
3. Одноклассники должны начать ценить его за что-то: какие-то навыки, способности, таланты, достижения.
4. Вывести агрессора на диалог, открытое обсуждение ситуации в классе.
5. Встреча с инспектором ПДН.
6. Обсуждение с родителями.
7. Провести беседы со всеми участниками травли, показать неприглядность поведения агрессоров.
8. Помощь психолога: беседа, тренинги, дающие возможность почувствовать себя на месте жертвы и осознать недопустимость буллинга.

## **Алгоритм предотвращения травли (работа с классом)**

1. Назвать вещи своими именами, проговорить ситуацию (травля – это насилие...)
2. Дать оценку:
  - Недопустимость и неприятие любых форм поведения
  - Вспомнить личное состояние, когда все смеются, издеваются
3. Обозначить травлю как общую проблему:
  - Решать всем вместе
  - Стараться, чтобы был дружный класс
4. Сформулировать выбор каждого
  - Осознать важность действий каждого
  - Оценить личный вклад (Никогда не участвую. 2-иногда, 3- это интересно)
5. Принятие правил для класса
  - Не оскорблять, не быть равнодушным
6. Поддерживать благоприятный климат и контролировать эмоциональное состояние.