

***Если каждый друг к другу будет  
терпим,  
То вместе мы сделаем  
толерантным наш мир.***

*Все люди на свете разные,  
Непохожие, своеобразные,  
И чтобы ты их смог понять  
Нужно в себе уважение к людям  
воспитать.*

*Правила бесконфликтного общения:*

- ✓ Уважай собеседника.
- ✓ Отстаивай свое мнение тактично.
- ✓ Будь справедливым, готовым признать правоту другого.
- ✓ Стремись учитывать интересы других.
- ✓ Уважай права другого.
- ✓ Принимай другого таким, каков он есть.
- ✓ Сострадай.
- ✓ Проявляй терпимость к чужим мнениям, верованиям, поведению.
- ✓ Не делай другим того, чего не хотел бы от других.
- ✓ Не делай другому того, от чего больно тебе.
- ✓ В радости и в горе мы должны относиться ко всем людям, как относимся сами к себе.

***Помни о том, что никто не  
имеет права тебя унижать и  
обижать!  
Ты вправе иметь собственное  
мнение!  
Рассказать о случившемся и  
обратиться за помощью ты  
можешь по телефонам:***



**В мире с другими.**



**Толерантность** в переводе с английского языка — возможность услышать другого, понять другого.

**Толерантность** — означает уважение, принятие других культур, способов самовыражения и проявления человеческой индивидуальности; это понятие, характеризующее способность человека спокойно и снисходительно относиться к недостаткам других людей, признавать за ними право на мнение, взгляды, вкусы, отличные от его собственных.

Но в коллективе случаются ситуации, когда группа ребят выделяет одного человека для того, чтобы посмеяться над ним и, возможно, повысить свой статус в коллективе за счет него.

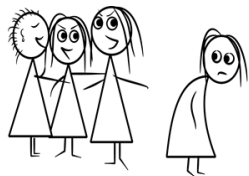
**Что же такое буллинг? И кто его участники?**

Буллинг — психологический террор (насмешки, оскорбления), травля, повторяющаяся агрессия по отношению к определенному человеку, включающая в себя принуждение.

Участники буллинга:

Агрессор — тот, кто притесняет (или обидчик); «Агрессята» — те, кто поддерживают агрессора; Наблюдатели — временные участники буллинга;

Жертва — тот, кого притесняют.



### Что делать, если ты стал жертвой притеснения (буллинга)?

- Обязательно расскажи кому-то из взрослых о сложившейся ситуации;
- Не стесняйся просить о помощи;
- Не отвечай агрессией на агрессию, так как это только ухудшит ситуацию;
- Не соглашайся разобраться с обидчиком один на один, после уроков;
- Не смирайся с участью жертвы, старайся привлечь на свою сторону друзей и их поддержку, так будет проще справиться с ситуацией притеснения.

### Как предотвратить буллинг

- ✓ Не пытайся выделяться среди других, если нет для этого повода.
- ✓ Не хвастаться — не своими успехами, не своими родителями, не своими электронными игрушками.
- ✓ Не зазнаваться. Не задираться.
- ✓ Не показывать свое превосходство над другими.
- ✓ Не ябедничать. Не подлизываться к учителям.
- ✓ Не игнорировать «решения» класса, если они не противоречат нравственным нормам человека, не плыть против течения своего «коллектива».
- ✓ Не давать повода для унижения чувства собственного достоинства.
- ✓ Не демонстрировать свою физическую силу.
- ✓ Найти общий язык с каждым учеником в своём классе.
- ✓ Отыскать себе друга среди ровесников. Еще лучше не одного, а сразу несколько настоящих друзей.

### Что делать, если ты стал свидетелем притеснения (буллинга)?

- ✓ Если в твоём классе кого-то постоянно обижают, то ты можешь объединиться с друзьями и заступиться за него вместе со всеми!
- ✓ Не бойся заступиться за одноклассника, если считаешь, что его унижают.
- ✓ Помни, все могут быть в трудной ситуации, и стоит поддержать друг друга.
- ✓ Если ты хочешь помочь, то решай конфликт словами, не пытайся решить конфликт дракой.
- ✓ Ситуация притеснения (буллинга) может иметь очень тяжелые последствия для жертвы, но не обойдет стороной и всех его участников.
- ✓ Поэтому крайне важно поставить в известность о происходящем взрослых — классного руководителя, родителей.



