

ЭТО ПРОСТО ССОРА ИЛИ МЕНЯ ТРАВЯТ?

Учимся отличать конфликт от буллинга



ОДИН РАЗ ИЛИ КАЖДЫЙ ДЕНЬ?



КОНФЛИКТ

- ◆ Спонтанная ссора
- ◆ Краткосрочный эпизод
- ◆ Разногласия в мнениях или интересах
- ◆ Случился и прошел

БУЛЛИНГ

- ◆ Преднамеренное преследование
- ◆ Систематичность и повторение
- ◆ Желание другой стороной получить контроль



ЧТО ЧУВСТВУЕТ ЧЕЛОВЕК?



КОНФЛИКТ

- ◆ Обоюдное беспокойство или злость
- ◆ Ситуация разрешается со временем
- ◆ Нет долгосрочных психологических травм
- ◆ Опыт установления личных границ

БУЛЛИНГ

- ◆ Постоянное ощущение себя под атакой
- ◆ Чувство бессилия и одиночества
- ◆ Риск развития депрессии и стресса
- ◆ Удар по самооценке и безопасности



ГДЕ ГРАНИЦЫ И КТО ВИНОВАТ?



КОНФЛИКТ

- ◆ Словесный спор без насилия
- ◆ Ответственность за развитие на обоих
- ◆ Границы соблюдаются
- ◆ Легко поддается разрешению



БУЛЛИНГ

- ◆ Скрытое или прямое насилие
- ◆ Вина всегда лежит на агрессоре
- ◆ Требуется активного вмешательства извне

