

## ТРЕНИНГ « СТОП БУЛЛИНГ»

В конце апреля со студентами 1 курса специализации НХТ проведен тренинг «Стоп Буллинг» цель которого познакомить учащихся с понятием, формами и структурой буллинга; воспитывать чувство эмпатии и переживания к студенту, который подвергается насилию; развивать умение поиска путей выхода из сложной ситуации; формировать навыки ответственного и безопасного поведения, профилактика насилия в студенческой среде.

Психологический тренинг начался с разбора понятий что такое буллинг, типы буллинга. Далее вниманию обучающихся был предложен поиграть в игру «Белая ворона». Это дало возможность студентам со стороны посмотреть на взаимоотношения в коллективе и показать, что у каждого есть качества, которые он может использовать для противостояния психологическому насилию. Далее психолог предложил разделить на группы и составить портреты жертвы и преследователя. Затем специалист вместе с учащимися обсудил тему травли среди студентов, подростки активно участвовали, высказывали своё мнение. В ходе доверительной беседы обучающиеся отметили, что любое явление лучше предотвратить, чем устранять его последствия.

Буллинг оставляет глубокий след в жизни жертв и отражается на эмоциональном и социальном развитии, может иметь тяжелые психологические последствия. Подростки, которые подверглись травле, получают тяжелую психологическую травму. Не имеет значения, какой буллинг имел место: физический или психологический. Это одна из самых сильных эмоциональных травм для подростка. В конце тренинга был сделан общий вывод: *«Поступай с другими так, как ты хотел бы, чтобы они поступали с тобой».*



