Буллинг: не істеу керек



Буллинг — әзіл емес. Сені қудаласа — сен кінәлі емессің және сен жалғыз емессің

Буллинг — бір адамды жүйелі түрде қудалау: мазақ, қорқыту, итеру, елемеу, интернеттегі қорлау

ЕГЕР СЕНІ ҚУДАЛАСА

1. Үндемей жүрме — мұғалімге, ата-анаңа немесе психологқа айт
2. Интернеттегі хабарламалардың скриншотын сақта
3. Агрессиямен жауап берме, кет

ЕГЕР ҚУДАЛАУДЫ КӨРСЕҢ

1. Қосылма және күлме
2. Қудаланған адамды қолда
3. Үлкендерге айт

Қоңырау шал — тегін және жасырын

111 отбасы және бала құқықтары

150 балалар мен жастардың сенім телефоны

© 2026 walls.kz. Мектептер мен мұғалімдерге тегін. Коммерциялық басып шығару және сату — тек құқық иесімен шарт бойынша.

Буллинг: что делать



Буллинг — это не шутка. Если тебя травят — ты не виноват и ты не один

Буллинг — систематическая травля одного человека: насмешки, угрозы, толчки, бойкот, оскорбления в интернете

ЕСЛИ ТРАВЯТ ТЕБЯ

1. **Не молчи — расскажи учителю, родителям или психологу**
2. **Сохрани скриншоты сообщений в интернете**
3. **Не отвечай агрессией, уходи**

ЕСЛИ ВИДИШЬ ТРАВЛЮ

1. **Не присоединяйся и не смейся**
2. **Поддержи того, кого травят**
3. **Позови взрослого**

Позвони — бесплатно и анонимно

111 семья и права детей

150 телефон доверия для детей и молодёжи

© 2026 walls.kz. Бесплатно для школ и учителей. Коммерческая печать и продажа — только по договору с правообладателем.

Буллинг: не істеу керек

Буллинг: что делать



Буллинг — әзіл емес. Сені қудаласа — сен кінәлі емессің және сен жалғыз емессің

Буллинг — это не шутка. Если тебя травят — **ты не виноват** и ты не один

Буллинг — бір адамды жүйелі түрде қудалау: мазақ, қорқыту, итеру, елемеу, интернеттегі қорлау

Буллинг — систематическая травля одного человека: насмешки, угрозы, толчки, бойкот, оскорбления в интернете

ЕГЕР СЕНІ ҚУДАЛАСА / Если травят тебя

1. **Үндемей жүрме — мұғалімге, ата-анаңа немесе психологқа айт**
   Не молчи — расскажи учителю, родителям или психологу
2. **Интернеттегі хабарламалардың скриншотын сақта**
   Сохрани скриншоты сообщений в интернете
3. **Агрессиямен жауап берме, кет**
   Не отвечай агрессией, уходи

ЕГЕР ҚУДАЛАУДЫ КӨРСЕҢ / Если видишь травлю

1. **Қосылма және күлме**
   Не присоединяйся и не смейся
2. **Қудаланған адамды қолда**
   Поддержи того, кого травят
3. **Үлкендерге айт**
   Позови взрослого

Қоңырау шал — тегін және жасырын
Позвони — бесплатно и анонимно

111
отбасы және бала құқықтары
семья и права детей

150
балалар мен жастардың сенім телефоны
телефон доверия для детей и молодёжи

© 2026 walls.kz. Мектептер мен мұғалімдерге тегін / Бесплатно для школ и учителей. Коммерциялық басып шығару және сату — тек құқық иесімен шарт бойынша / Коммерческая печать и продажа — только по договору с правообладателем.