



Mobings



1. Kas ir mobings? Kā rīkoties mobinga situācijā?

Izlasi informāciju nekluse.lv, noskaties [pieredzes stāstus](#)

2. Atbildi uz jautājumiem:

2.1. Kas ir mobings, tā sekas?

2.2. Kur vērsties pēc palīdzības?

2.3. Ko es varu mainīt savā rīcībā, lai mobings klasē, skolā samazinātos?

2.4. Kādu atbalstu no vecākiem, skolotājiem vai draugiem Tu vēlētos saņemt?

3. Iesaisti ģimeni:

Vakariņās kopā ar ģimeni pārrunāji, kādas emocijas Jums bija šodien – par ko katrs no Jums bija priecīgs, spēcīgs, mierīgs, skumjš, dusmīgs vai bailīgs. Vienojieties par aktivitātēm, ko darīsiet, lai būtu priecīgāki. Nofilmē video.



Mobinga situācijā #Neklusē un rīkojies ASAP!

