



Настя **Никитина-Фисун** | Алена **Серая**

Травить нельзя ОСТАНОВИТЬ

25 школьных историй о том,
как защитить себя и друзей

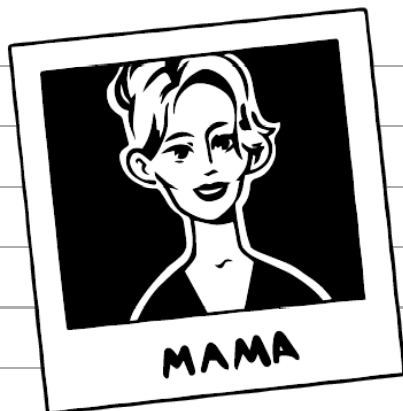
 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО

Москва 2022

ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие	6
ГЛАВА 1. Маленький страх	12
ГЛАВА 2. Я не хочу об этом говорить	16
ГЛАВА 3. Диктофон	24
ГЛАВА 4. Ком-убийца	32
ГЛАВА 5. Рюкзак и сила притяжения	38
ГЛАВА 6. Локальное потепление	48
ГЛАВА 7. Сам	56
ГЛАВА 8. Какого цвета молния?	64
ГЛАВА 9. Эйнштейн и другие	72
ГЛАВА 10. Катя	78
ГЛАВА 11. Уколите их	88
ГЛАВА 12. Грабли для Вени	96
ГЛАВА 13. Когда твой папа — капитан корабля	106
ГЛАВА 14. Не 14 Февраля	116

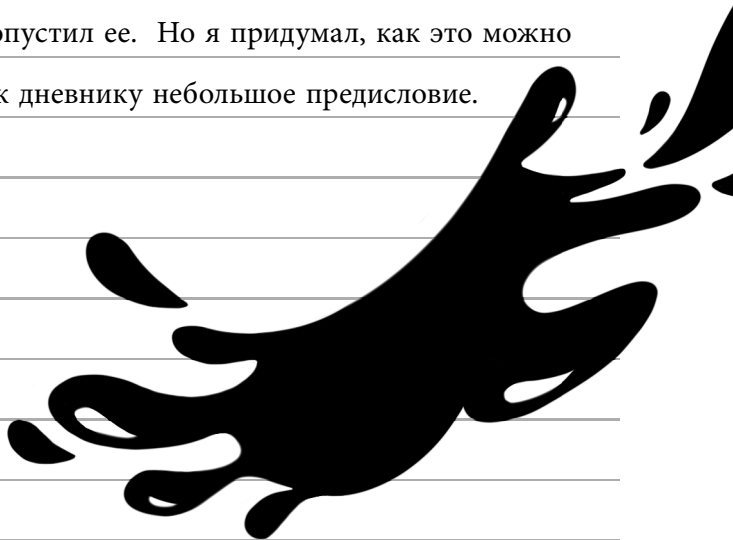




ГЛАВА 15. Увидеть невидимку	126
ГЛАВА 16. Печенье мира	134
ГЛАВА 17. Снежный человек	144
ГЛАВА 18. Аноним	156
ГЛАВА 19. Малыш	168
ГЛАВА 20. С других планет	176
ГЛАВА 21. Игра	186
ГЛАВА 22. Фиолетовый шарф в желтую полоску	196
ГЛАВА 23. Разрушение	204
ГЛАВА 24. Грустная история	214
ГЛАВА 25. Новые	226
Переписка с юристом	238
Послесловие и благодарности	248
Об авторах	252

ПРЕДИСЛОВИЕ

Когда я начал вести этот дневник, случайно испачкал первую страницу, поэтому пропустил ее. Но я придумал, как это можно исправить, и написал к дневнику небольшое предисловие.



Вообще я завел дневник, чтобы рисовать в нем и писать всякие заметки. Например, я нарисовал **БОЛЬШОГО ПАУКА** (пытался посмотреть в глаза своему страху). Но внезапно у моей подруги в школе случилось кое-что очень неприятное, и я был настолько взволнован, что спросил у мамы, что можно сделать. Не зря мама психолог — ее слова помогли Маше, моей подруге. Я все записал сюда — проблему и ее решение.

**ТРАВЛЯ ПРЕСЛЕДОВАЛА НЕ ТОЛЬКО МАШУ.
У КАЖДОГО ИЗ КЛАССА БЫЛО ТО,
С ЧЕМ ЕМУ БЫЛО ТРУДНО.
И МОЯ МАМА ПОМОГАЛА ЭТО ИЗМЕНИТЬ.**



Так в дневнике появилось 25 историй о том, как я и мои друзья боролись с травлей. А еще как ребята, которые травили других, менялись. Или оставались прежними и что с ними случилось потом.

А, да, еще я рисовал комиксы ко всем историям. Все они важны для меня, поэтому мне хотелось выразить это в картинках.

КАК И ВО ВСЕХ ДНЕВНИКАХ, В ЭТОМ ЕСТЬ ПАРОЛЬ: 19*****



ЗАПРЕЩАЕТСЯ ВХОДИТЬ:



1. Взрослым
2. Вредным
3. Всем, кто не посвящен в мои секреты
(например, Филиппу Малышу и всем учителям)
4. Тем, у кого нет никаких проблем
5. ~~Ч~~

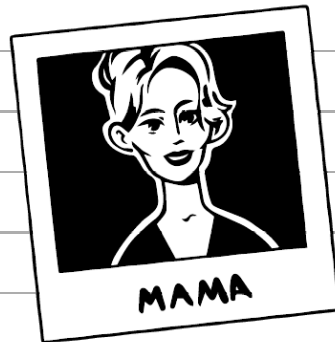
Вроде все... Надеюсь, если этот дневник вдруг попадет в руки кому-то еще, это будет хороший человек и дневник поможет ему в чем-то. Как помог мне и моим друзьям. **ПУСТЬ ДЛЯ ВСЕХ ЛЮДЕЙ ТРАВЛЯ СТАНЕТ ДАЛЕКИМ ВОСПОМИНАНИЕМ ИЗ ПРОШЛОГО.**

Вася

АНКЕТА КЛАССА

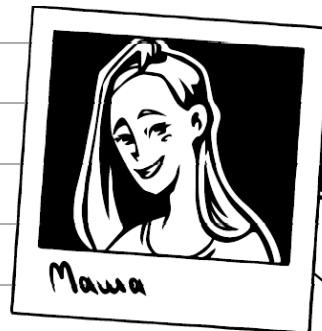
Я люблю рисовать и решил нарисовать наш класс так, как будто сфотографировал всех на фотоаппарат! Правда, свой я сломал еще в прошлом году...

ЭТО Я, ВАСЯ!



ЭТО МОЯ МАМА. ОНА КРУТАЯ.
А ЕЩЕ ОНА ПСИХОЛОГ.

ЭТО МАША. ОНИ С ЯНОЙ ЛУЧШИЕ
ПОДРУГИ. МАША ЛЮБИТ БЕГАТЬ
И «СНИКЕРСЫ». А ЭТО ЯНА. ОНА
МНОГО ЧИТАЕТ И МАЛО УЛЫБАЕТСЯ.



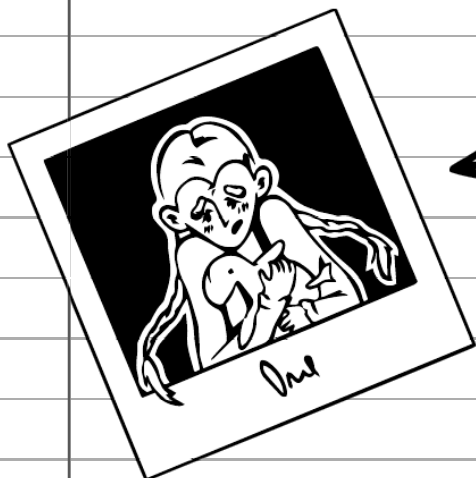
ЭТО КОЛЯ И ЖЕНЯ. ОНИ ДРУЖАТ, И ОТ ЭТОГО БЫВАЕТ
МНОГО ПРОБЛЕМ. ЭХ, ДАЖЕ ФОТОГРАФИЮ НОРМАЛЬНО
ПОДПИСАТЬ НЕ СМОГЛИ...



ЭТО ВЕНЯ И КАТЯ. ОНИ ОТЛИЧНИКИ, И ЭТО ЕДИНСТВЕННОЕ, ЧТО ИХ
ОБЪЕДИНЯЕТ. КАТЯ – МОЯ СОСЕДКА ПО ПАРТЕ. ОНА ОЧЕНЬ ШУМНАЯ,
И ЭТО ИНОГДА РАЗДРАЖАЕТ ОКРУЖАЮЩИХ. НО Я СЧИТАЮ ЕЕ СВОИМ ДРУГОМ.

ВЕНЯ ПОХОЖ НА ЦИФРУ 1. ВО-ПЕРВЫХ, ОН ВЕЗДЕ СИДИТ ОДИН,
А ВО-ВТОРЫХ, ВО ВСЕМ СТАРАЕТСЯ БЫТЬ ПЕРВЫМ.





ЭТО ОЛЯ. ОНА ХУДОЖНИЦА.
МИЛАЯ И СКРОМНАЯ.



ЭТО САША. ОН ДРУГ ЯНЫ И МУЗЫКАНТ.



ЭТО ЛЁХА. ОН ВЯЖЕТ ШАРФЫ.
ЕМУ ПРИХОДИТСЯ МНОГО ДРАТЬСЯ.



ЭТО ФИЛИПП МАЛЫШ. ОН ЗАГАДОЧНЫЙ
И НЕПОНЯТНЫЙ ДЛЯ ОКРУЖАЮЩИХ.
ОН ПОСТОЯННО ЧТО-ТО ЧИТАЕТ И СМОТРИТ КУДА
УГОДНО, НО НЕ НА НАС.

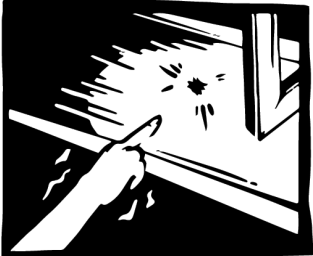


ЭТО МИЯ. ОНА ПЕРЕВЕЛАСЬ
К НАМ НЕДАВНО. ВЕЖЛИВАЯ, ХОЧЕТ
СО ВСЕМИ ПОДРУЖИТЬСЯ.



ВРОДЕ НИКОГО НЕ ЗАБЫЛ.
МОЖНО НАЧИНАТЬ.

ГЛАВА 1
МАЛЕНЬКИЙ СТРАХ



15 СЕНТЯБРЯ, ПЯТНИЦА, ПАРК БЕЗ ПАУКОВ

Сегодня я подумал:

ПОЧЕМУ ЛЮДИ СМЕЮТСЯ НАД СЛАБОСТЯМИ ДРУГИХ?

Когда человек чего-то боится, для кого-то это может выглядеть забавно. Окружающих это веселит. Человек превращается в клоуна — такого, в огромных ботинках и с красным шаром вместо носа. А к нему ползут пауки. Змеи. Крабы. Пираньи. И наш физрук со словами «Девочки на растяжку, мальчики еще сто кругов вокруг школы!». Но зрителям весело! И клоун уже десять раз сбежал бы со сцены, но звонок на урок прозвенел, вот-вот зайдет учитель.

Девочки смотрят и ждут.

Мальчиков от смеха останавливают считанные секунды.

А клоун сражается с пауком глазами. Руками страшно и не хочется.

Сегодня на перемене была очень глупая ситуация. Надеюсь, никто не подумал, что в школе пожарная тревога. Потому что мой визг напоминал разве что сирену...

Я ИСПУГАЛСЯ ПАУКА.



Он полз по окну, девочки верещали, а моя соседка по парте в панике кричала, чтобы я его убрал.

Я полез на подоконник снимать паука и, когда почти взял его

в руки... Завизжал. И выбежал из класса. Что такое со мной было?

Я никогда раньше не визжал.

Порадовало одно: девочки прекратили кричать и начали смеяться.

Надо мной.

Интересно, я перестану бояться пауков, когда стану старше?..

ХА-ХА

15 СЕНТЯБРЯ, ПЯТНИЦА, ВЕЧЕР

Говорил с мамой. Спросил, почему смеются над страхами

и слабостями других. Ее ответ я решил записать и приклеить сюда,

чтобы он не потерялся. Я же боюсь не только пауков — я еще кучу

всего боюсь, так что этот совет может мне еще пригодиться...

Окружающих зачастую веселит именно твоя реакция на неприятные вещи. Чтобы над тобой не смеялись, нужно стараться не выдавать свои страхи и реагировать на неприятные вещи сдержанно.

Страх нарушает комфортное состояние человека, но вместе с тем является отличным поводом работать над собой. Ведь если тебе что-то не нравится, это нужно изменить. И когда получится доказать себе, а впоследствии и окружающим, что у тебя больше нет уязвимого места, ты выйдешь из борьбы победителем.

Пользуйся своими сильными сторонами. Все мы не похожи друг на друга, и каждый в чем-то классный. Возможно, ты не можешь подтягиваться или брать в руки пауков, зато кормишь бездомных котов. Разве это не сила? На фоне твоей силы слабость меркнет настолько, что просто исчезает для окружающих.