

Что делать, если ваш ребенок издевается над кем-то в школе

Если вы подозреваете, что ваш ребенок выступает в роли агрессора, **ПОМНИТЕ: У ТАКОГО ПОВЕДЕНИЯ ЕСТЬ ПРИЧИНЫ.** Ребенок не плохой сам по себе.

1 ГОВОРИТЕ С РЕБЕНКОМ.

Спросите, почему он или она так себя ведет, как чувствует себя в школе. Вы также можете обратиться за помощью к классному руководителю, школьному педагогу-психологу.

2 НАУЧИТЕ РЕБЕНКА СПРАВЛЯТЬСЯ С ТРУДНОСТЯМИ.

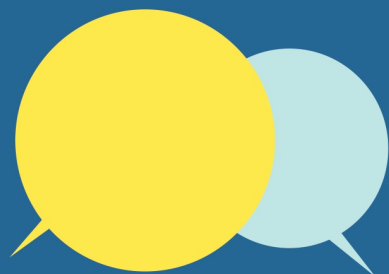
Например, попросите описать ситуацию, которая расстроила его, подскажите способы реагирования.

3 ВЗГЛЯНИТЕ НА СЕБЯ.

Не повторяет ли ребенок насилие, увиденное дома? Честно подумайте, что видит и чувствует ребенок дома.

4 ПОМОГИТЕ ИСПРАВИТЬ СИТУАЦИЮ И ДЕЙСТВУЙТЕ САМИ, НО БЕЗ НАСИЛИЯ.

Например, ограничьте действия, связанные с травлей: встречи с друзьями, время в социальных сетях. Обсудите с ребенком, как можно извиниться, исправить ситуацию и избежать ее повторения.



Куда обратиться за помощью

Получить бесплатную и анонимную консультацию можно круглосуточно по телефону Детской телефонной линии

8-801-100-16-11

Информационная помощь доступна на сайте (консультации специалистов с 8:00 до 20:00)

www.kids.pomogut.by

Если ребенок столкнулся с буллингом, стоит посетить социально-психологическую службу школы.

ТАКЖЕ ПОМОЩЬ ОКАЗЫВАЮТ:

Республиканский центр психологической помощи (пн. – пт. с 9:00 до 18:00, анонимно)

8-017-300-10-06

8-017-300-23-21

Центры дружественного отношения к подросткам

Социально-педагогические центры



РОДИТЕЛИ ПРОТИВ БУЛЛИНГА



ШКОЛА — это не только образовательное учреждение, но и пространство для общения. Для комфортного пребывания здесь и полной реализации потенциала каждого ребенка, важно, чтобы детей окружала дружелюбная и поддерживающая среда, в которой нет места буллингу (травле).

БУЛЛИНГ — это целенаправленное нанесение вреда другому ребенку; действие, которое повторяется регулярно, и подразумевает наличие неравенства сил, что не позволяет жертве прекратить насилие по отношению к себе.

Как родители могут помочь предотвратить буллинг в школе

- 1 РАСКАЖИТЕ РЕБЕНКУ, ЧТО ТАКОЕ БУЛЛИНГ,** чтобы он мог понять, если это происходит с ним или его одноклассниками.
- 2 ОТКРЫТО РАЗГОВАРИВАЙТЕ.** Покажите, что вам интересны не только оценки, но и чувства ребенка, его увлечения.
- 3 ПОМОГИТЕ РАЗВИТЬ УВЕРЕННОСТЬ В СЕБЕ.** Кружки или дополнительные занятия помогут найти друзей.
- 4 ПОМОГИТЕ РЕБЕНКУ СТАТЬ ПРИМЕРОМ ДЛЯ ДРУГИХ.** Объясните, что он или она может остановить буллинг, объяснить одноклассникам недопустимость такого поведения, поддержать жертву. **И помните, что вы сами — главный пример для собственного ребенка!**
- 5 СТАНЬТЕ ЧАСТЬЮ ДЕТСКОЙ ОНЛАЙН-ЖИЗНИ.** Поговорите о сайтах, которые посещает ребенок, предупредите о рисках, расскажите о том, как обезопасить личные данные.



Что делать, если над ребенком издеваются в школе



Если ребенок стал жертвой буллинга, он может сам рассказать об этом. Но иногда он боится и молчит, переживая все в одиночестве.



Признаки того, что ребенок переживает кризисную ситуацию:

- ✓ замкнутость, внезапная потеря друзей;
- ✓ нежелание идти в школу или кружок;
- ✓ снижение успеваемости;
- ✓ постоянное чувство беспомощности или снижение самооценки;
- ✓ саморазрушительное поведение, побеги из дома;
- ✓ резкая перемена характера, беспричинные перепады настроения;
- ✓ расстройства сна или пищевого поведения;
- ✓ необъяснимые травмы, синяки, порезы;
- ✓ порванная одежда, испорченные личные вещи.

Как помочь ребенку

- 1 ВЫСЛУШАЙТЕ РЕБЕНКА.** Будьте рядом, покажите, что он важен, что его понимают и поддержат.
- 2 СКАЖИТЕ РЕБЕНКУ, ЧТО ВЫ ЕМУ ВЕРИТЕ И РАДЫ, ЧТО ОН ВСЕ РАССКАЗАЛ.** Убедите ребенка, что он не виноват, и что вы сделаете все возможное, чтобы помочь.
- 3 ПОГОВОРИТЕ С УЧИТЕЛЕМ, АДМИНИСТРАЦИЕЙ ШКОЛЫ.** Вы не должны бороться с буллингом в одиночку. Действуйте вместе со школой.
- 4 ПОДДЕРЖИВАЙТЕ РЕБЕНКА.** Пусть он знает, что может поговорить с вами в любое время. Убедите его, что ситуация непременно улучшится.

