

Рекомендации
для родителей

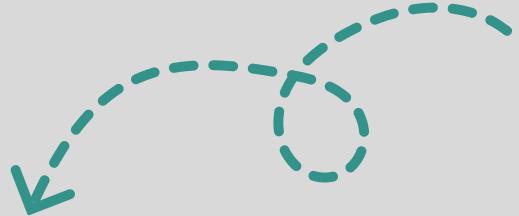


БУЛЛИНГ В ШКОЛЬНОЙ СРЕДЕ



**КАК РЕАГИРОВАТЬ
И КУДА ОБРАЩАТЬСЯ**

ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ, ЕСЛИ ВАШ РЕБЕНОК



Страдает от резких перепадов настроения, ранее для него не типичных.

Не имеет друзей среди ровесников, одноклассников либо **круг общения** очень ограничен;

Приходит из школы раньше обычного, либо **задерживается**;



Во время разговора использует **защитные жесты** (например, закрывает лицо руками), сидит в «**закрытой**» позе, оглядывается вокруг, смотрит настороженно, не хочет обсуждать то, что происходит в школе;

Стал выглядеть неопрятно, на одежде и личных вещах могут присутствовать повреждения и следы загрязнений (мел, прилипшая жвачка, пятна и т.д.);

Часто «**теряет**» свои вещи и деньги.

ЗАДАЧА ВЗРОСЛЫХ – ВОВРЕМЯ ЗАМЕТИТЬ ПРИЗНАКИ!

ЕСЛИ ВОЗНИКЛИ ПОДОЗРЕНИЯ, ЧТО РЕБЕНКА ОБИЖАЮТ В ШКОЛЕ

СПРОСИТЕ, как у него **обстоят дела в школе**,
как складываются отношения с ровесниками,
комфортно ли ему учиться в этом классе.

Если получите информацию о конфликте, **УЗНАЙТЕ**,
обижают ли ребенка и как часто это происходит; кто именно
это делает и как поступает в этой ситуации ваш ребенок.

ОБСУДИТЕ тактику **поведения** ребенка, а при необходимости
способы **обеспечения** его **безопасности**.

ПОСТАВЬТЕ В ИЗВЕСТНОСТЬ классного
руководителя, выслушайте его мнение
по тем же вопросам.

Если вы пришли к выводу, что это
ПРОИСХОДИТ СИСТЕМНО – поставьте
в известность администрацию
образовательной организации,
социального педагога, психолога.

При необходимости **ПРИВЛЕКИТЕ** к разбору
ситуации сотрудников **ПДН**.



ЧЕМ БУЛЛИНГ (ТРАВЛЯ) ОТЛИЧАЕТСЯ ОТ КОНФЛИКТА?



БУЛЛИНГ (ТРАВЛЯ)

 Агрессия

 Длительность

 Системность

- **ФИЗИЧЕСКОЕ НАСИЛИЕ:** побои, толчки, удары, порча или кража имущества и т.п.;
- **ВЕРБАЛЬНОЕ НАСИЛИЕ:** оскорблений, резкие выражения, угрозы, присвоение прозвищ или другие формы словесного насилия;
- **ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ НАСИЛИЕ:** запугивание, манипуляции, шантаж, троллинг или другие формы психологического воздействия, вызывающие подавленное состояние или стресс;
- **СОЦИАЛЬНОЕ ИСКЛЮЧЕНИЕ** (изоляция или бойкот): отвержение или игнорирование подростка окружением.

ПРИЧИНЫ, ИЗ-ЗА КОТОРЫХ ДЕТИ СТАНОВЯТСЯ ЖЕРТВОЙ ТРАВЛИ

Жертвой травли может стать абсолютно любой, вне зависимости от социального положения семьи, заботы родителей и уровня развития.



Но чаще это **дети, чем-то отличающиеся от других**, например, отличники или двоечники, любимчики учителей или, наоборот, представители других национальностей, дети, имеющие внешние отличия, физические недостатки либо отклонения в развитии и т.д. Также подвергаются агрессии физически слабые подростки, с низкой самооценкой или излишней скромностью.

Случаются и обратные ситуации: жертвами травли оказываются слишком избалованные дети, имеющие завышенную самооценку, с высоким уровнем конфликтности.

ПРИЧИНА ДЕТСКОГО БУЛЛИНГА – НЕ В ОСОБЕННОСТЯХ ЖЕРТВЫ, А В ОСОБЕННОСТЯХ ГРУППЫ.

ОДИН И ТОТ ЖЕ РЕБЕНОК МОЖЕТ БЫТЬ ИЗГОЕМ В ОДНОЙ ГРУППЕ И ЛИДЕРОМ В ДРУГОЙ.

КАКИЕ СОВЕТЫ ДАТЬ РЕБЕНКУ ЕСЛИ ЕГО ТРАВЯТ?



Стараться не реагировать на оскорбления, **игнорировать** обидчика, что может отбить у него желание продолжать;



говорить уверенно и спокойно, глядя в глаза: «Не приставай ко мне», «Отстань от меня»;



не бояться привлекать внимание окружающих, говорить громко: «Не трогай меня!»;



держаться рядом с другими детьми, не оставаться в одиночестве;



рассказать взрослым, если ситуация повторяется – это не «ябедничество», а способ обезопасить себя;



заниматься спортом или самообороной, чтобы приобрести уверенность в себе, но не использовать эти навыки для ответной агрессии.

**ДАЙТЕ РЕБЕНКУ ПОНЯТЬ, ЧТО НЕРАЗРЕШИМЫХ ПРОБЛЕМ НЕТ, КАК И ЕГО ВИНЫ В СИТУАЦИИ БУЛЛИНГА.
А ВЗРОСЛЫЕ ОБЯЗАТЕЛЬНО ПОМОГУТ.**

КАК ЕЩЕ ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ, ЕСЛИ ОН ОКАЗАЛСЯ ЖЕРТВОЙ БУЛЛИНГА?

ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПРЕДОСТАВЛЕНИЕМ СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ

и помочи своему ребенку и классу в целом, а также организацией встречи с обидчиком и его законными представителями.

ПРИНЯТЬ МЕРЫ ПО ПРИВЛЕЧЕНИЮ КОНФЛИКТНОЙ КОМИССИИ

к решению проблемы конфликтную комиссию либо школьную службу медиации.

ПОДДЕРЖИВАТЬ СВЯЗЬ

с представителями образовательной организации по вопросам проводимой профилактической работы и ее результатов.

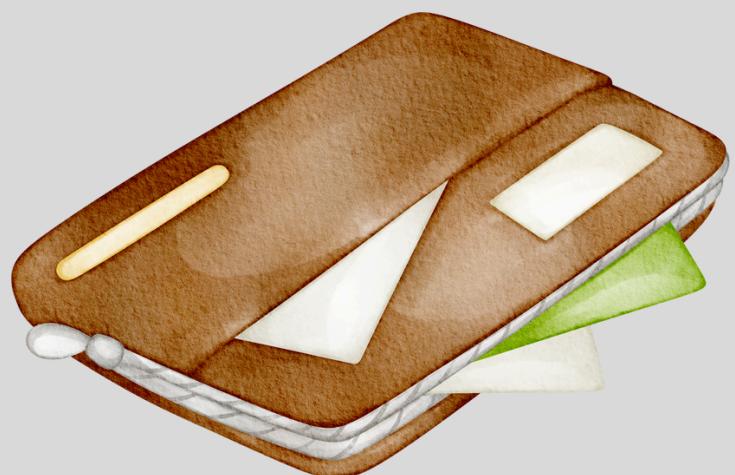


**НЕ СТОИТ РОДИТЕЛЮ ЖЕРТВЫ РАЗГОВАРИВАТЬ
С РЕБЕНКОМ-АГРЕССОРОМ ОДИН НА ОДИН.
РАЗБИРАТЬ НЕГАТИВНУЮ СИТУАЦИЮ С ЧУЖИМ
РЕБЕНКОМ МОЖНО ТОЛЬКО В ПРИСУТСТВИИ ЕГО
ЗАКОННЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ.**

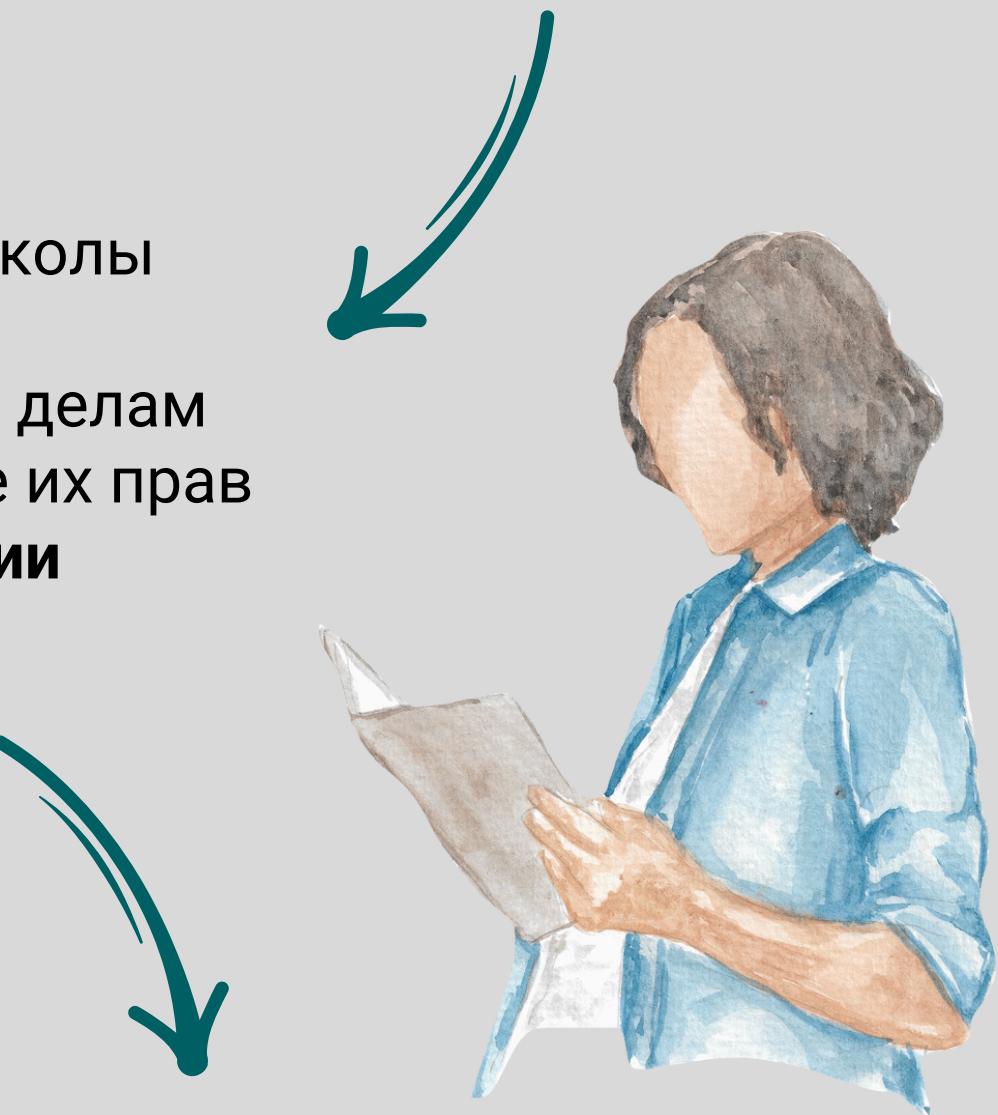


ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ШКОЛЬНЫХ РЕСУРСОВ НЕДОСТАТОЧНО?

Обсудить с администрацией школы либо представителями территориальной комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав (КДНиЗП) вопрос о привлечении сторонних специалистов.



Обратиться за помощью в КДНиЗП, Уполномоченному по правам ребенка в регионе, центр диагностики и консультирования (при наличии) и другие учреждения специализирующиеся на оказании социально-психологической помощи.



ЧТО МОЖЕТ УСУГУБИТЬ СИТУАЦИЮ БУЛЛИНГА?



Игнорирование серьезности ситуации, замалчивание и сокрытие фактов буллинга.



Несвоевременная реакция на ситуацию может привести к усугублению негативных последствий: от рисков суицидальных проявлений до составления планов мести всем участникам, свидетелям и людям, отнесшихся к этому с равнодушием.



Критика и обесценивание эмоций своего ребенка – что взрослому кажется пустяком, для ребенка может быть очень значимо.



Требования извинения и раскаяния от обидчика при всем классе – это только усугубит ситуацию.

КУДА МОЖНО ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ?



**Всероссийский телефон доверия
для детей, подростков и их
родителей**
**8 800 2000 122 или 124 (с
мобильного)**

Травли NET
8 800 500 44 14

Горячая линия «Помогите мне»
<https://resurs-center.ru/pomogite-mne>

**Онлайн-служба психологической
помощи подросткам и молодежи**
<https://твоятерритория.онлайн>

**Общероссийский сайт
«Помощь рядом»**
<https://pomoschryadom.ru/>

Портал «Я – родитель»
<https://www.ya-roditel.ru/parents/consultation/psycholog>

