

### родителям ребенка-обидчика

- Выясните, почему ваш ребенок прибег к насилию, и независимо от причины предложите ему представить, как может себя чувствовать обиженный. Важно довести до сознания обидчика переживания и чувства обиженного. Это поможет убедить обидчика в неправильности его поступка и необходимости исправления ситуации.
- Спросите у ребенка, что он собирается делать, чтобы исправить ситуацию, и через некоторое время поинтересуйтесь, как ему это удалось.
- Предложите ребенку извиниться перед тем, кого он обидел, объясните, что это признак силы, а не слабости.
- Приведите примеры из жизни о том, как на работе, в семье, в общественном месте вы вышли из конфликтной ситуации или отреагировали на выпады другого человека. Это даст пример конструктивного подхода к решению конфликтов.
- Следите за поведением и настроением ребенка, за появлением у него злости и жесткости. Обратитесь к врачу или психологу, если, на ваш взгляд, ребенку требуется медицинская или психологическая помощь в преодолении агрессии.



## ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ

### БУЛЛИНГ В УЧЕБНОМ ЗАВЕДЕНИИ



**Буллинг** – это повторяющиеся акты различных видов насилия и издевательств со стороны одного лица или группы лиц в отношении индивида, который не может себя защитить.

### **Как догадаться, что ребенок может быть буллером (преследователем)?**

- Ваш ребенок: - вспыльчив, неуравновешен
- Приносит домой дорогие вещи, имеет собственные деньги, не объясняя причину их появления.
- Группируется со старшими подростками.
- Проявляет жестокие наклонности.
- В отношениях с друзьями навязывает свои «правила».
- Злопамятен на мелкие обиды, вместо того, чтобы забывать их.
- Игнорирует указания и легко раздражается.
- Ведет себя так, будто ищет повод к ссоре.
- Не уважает родителей или не считается с ними.

### **Как догадаться, что ребенок – жертва буллинга?**

- Ваш ребенок: - не приводит домой кого-либо из одноклассников или сверстников и постоянно проводит свободное время дома в полном одиночестве.
- Не имеет близких друзей, с которыми проводят досуг.
- Одноклассники редко приглашают его на дни рождения, праздники, или он сам никого не приглашает к себе, потому что боится, что никто не придет.
- По утрам часто жалуется на головные боли, расстройство в желудке или придумывает какие-либо причины, чтобы не идти в учебное заведение;
- Задумчив, замкнут, ест без аппетита, беспокойно спит, плачет или кричит во сне.
- У него наблюдается пессимистичное настроение, может говорить о том, что боится ходить в учебное заведение или покончит жизнь самоубийством.
- В его поведении просматриваются резкие перемены в настроении.
- Злость, обиду, раздражение вымещает на родителях, родственниках, более слабых объектах.
- Выпрашивает или тайно берет деньги, внятно не объясняя причину своего проступка.
- Приходит домой с мелкими ссадинами, ушибами, грязными вещами.

### **Рекомендации родителям детей – участникам ситуации насилия в образовательном учреждении**

Прежде чем предпринимать какие-либо действия, обязательно свяжитесь с классным руководителем (представителями администрации учебного заведения, педагогом-психологом), выясните все обстоятельства возникшей проблемы.

#### **родителям обижаемого ребенка**

- Предложите ребенку изменить тактику поведения. Ребенок ведет себя по заданной окружающей схеме. Но если на стандартные обстоятельства он отреагирует неожиданным образом, то, возможно, он сумеет не только озадачить своих преследователей, но и сделать шаг к преодолению сложившейся ситуации. Например, можно предложить ребенку вместо того, чтобы начинать плакать или наносить удары обидчикам, посмотреть в глаза обидчикам и спокойно спросить: «Ну и что?» – или начать смеяться вместе с ними. Иначе говоря, сделать то, чего от него совсем не ожидают.
- Если ситуация зашла слишком далеко, например, ребенка постоянно унижают или избивают, – немедленно реагируйте. В первую очередь, оградите ребенка от общения с обидчиками – не отправляйте его в учебное заведение. Важно помочь ребенку пережить полученную психическую травму.
- Ребенку нужно будет научиться не бояться сверстников и доверять им. Если ребенка в коллективе не любят и отвергают (как правило, из-за каких-либо физических недостатков или поведенческих проблем), родителям необходимо помочь ребенку преодолеть чувство неполноценности, превратить недостаток в достоинство.