

### **Что не стоит делать родителю ребенка – жертвы:**

- Обещать ребенку хранить в секрете, что его травят в школе.

- Ни в коем случае нельзя замалчивать факты буллинга, только придав проблеме гласность, вы сможете ее разрешить.

- Не советуйте ребенку отвечать на агрессию агрессией.

- Напрямую выяснять отношения с одноклассниками, ребенком-булли, а также его родителями.

- Не стремитесь делать скоропостижные выводы и принимать действия, не разобравшись. Не наклеивайте ярлыки «правых» и «виноватых», основываясь на негативных эмоциях.

- Чужие дети не зона вашей ответственности. Выслушайте предложения педагогического коллектива, задайте уточняющие вопросы, примите к сведению действия, которые нужно совершить вам и вашему ребенку и делайте то, что зависит от вас. Постарайтесь довериться классному руководителю и администрации. При выстраивании конструктивного диалога со школой работа над проблемой может вестись комплексно и, следовательно, более эффективно.

### **Дополнительные рекомендации для родителей:**

- Сайт: <https://cn-stopbullying.ru/#instruction>

- Сайт: ТРАВЛИНЕТ.РФ

- А.А. Реан, М.А. Новикова, И.А. Коновалов, Д.В. Молчанова Руководство для родителей про буллинг: Что делать, если Ваш ребенок вовлечен?



**Телефон горячей линии: 8-800-2000-122**

Педагог-психолог Елецкая К.А  
МКОУ «Школа – сад №16 г. Алзамай»

## **РЕБЕНОК – ЖЕРТВА БУЛЛИНГА**



**Как помочь своему ребенку  
Советы родителям**



**ТРАВЛЯ/БУЛЛИНГ (ОТ АНГЛ. BULLYING)** — это особый вид насилия, проявляющийся в виде агрессивного преследования одного из членов коллектива со стороны остальных членов коллектива (или его части), отличающийся систематичностью и регулярностью.



Прямой буллинг может проявляться в виде:

- 1) физической агрессии
- 2) вербального (словесного) буллинга
- 3) социального буллинга/изоляции

*Гораздо сложнее выявить проявление косвенного буллинга, который включает в себя такое поведение, как распространение слухов и ложной информации о жертве. Если прямое насилие можно объективно наблюдать, то косвенная агрессия распознается на этапе, когда жертва испытывает на себе серьезные психологические последствия травли или обращается за помощью к третьему лицу.*

### Признаки того, что Ваш ребенок подвергся травле в школе:

Ребенок теряет интерес к школе, ищет повод, чтобы не ходить туда; ребенок стал замкнутым; часто болеет и жалуется на недомогания при отсутствии симптоматики; у ребенка наблюдается раздражительность и утомляемость, ухудшается успеваемость в школе; появляются следы насилия (синяки, царапины); появляются запросы на дополнительные деньги; имеет мало друзей или не имеет совсем.

### **Что делать, если Ваш ребенок подвергся травле в школе**

- Оказать поддержку ребенку, дать понять ребенку, что вы на его стороне и приложите максимум усилий, чтобы урегулировать сложившуюся ситуацию с травлей.



- Не поддаваться паническим и агрессивным настроениям, сохранять спокойствие. Первоочередная задача — успокоиться самому и успокоить ребенка, обеспечив ему ощущение защищенности.



- Внимательно выслушать ребенка. Разобраться в причине и последовательности событий, задавать вопросы и попытаться узнать его мнение по поводу причины сложившейся ситуации.



- Уверить ребенка в том, что проблема не у того, кто является жертвой, а у того, кто выступает агрессором. Объяснить, что обидчик утверждает в своей самооценке «нездоровым» способом.



- Стоит объяснить ребенку, что агрессор тем сильнее, чем сильнее расстраивается или злится жертва. Буллинг — игра власти, в которой побеждает тот, кто не расстраивается и не злится.