



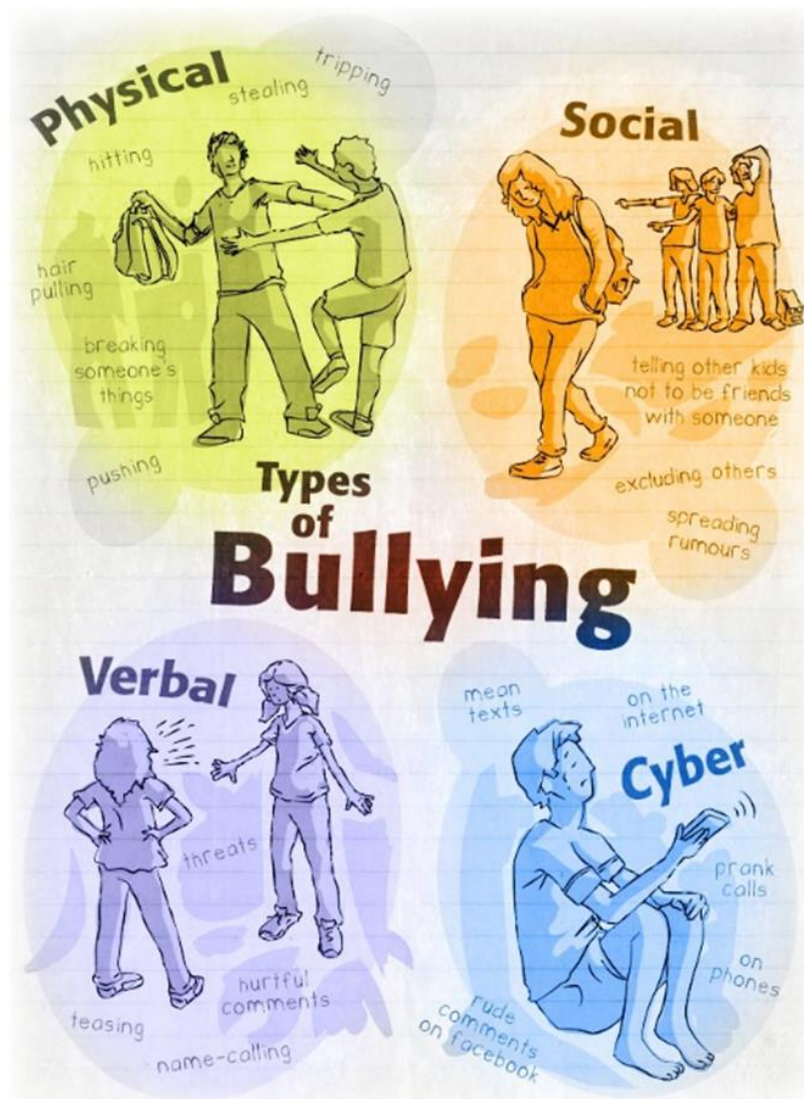
«БУЛЛИНГ»

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ

В мире каждые 7 минут погибает от насилия подросток. Только в 2015 году насилие забрало жизни около 82 тыс. подростков во всем мире. Наиболее уязвимы люди в возрасте от 15 до 19 лет, они умирают от насилия в три раза чаще, чем дети 10-14 лет. Чаще всего смерть подростка является результатом межличностных конфликтов, а не коллективного насилия.

Буллинг — это форма жестокого обращения, когда физически или психически сильный индивид или группа таковых получает удовольствие, причиняя боль, насмехаясь, добиваясь покорности и уступок, завладевая имуществом более слабого. Пострадавшие чаще всего испытывают стыд и неуверенность в себе, но предпочитают не сообщать об издевательствах.

Типы буллинга:



Физический буллинг – умышленные толчки, удары, пинки, побои, шлепки, подзатыльники и т. д.

Социальный буллинг – исключение жертвы из коллектива, её изоляция, распространение сплетен, интриги, вымогательства, шантаж, бойкот, моральные издевательства, различные «пакости», кража вещей и т. д.

Вербальный (словесный) буллинг – угрозы, оскорбления, саркастические замечания, обзывания, унижение и т. д.

Кибербуллинг – подростковый виртуальный террор. Это нападения с целью нанесения психологического вреда, которые осуществляются через электронную почту, сервисы мгновенных сообщений, в чатах, социальных сетях, на web-сайтах, а также посредством мобильной связи.

Наиболее часто **жертвами** буллинга становятся дети, имеющие:

- **физические недостатки** – носящие очки, со сниженным слухом или с двигательными нарушениями (например, при ДЦП), то есть те, кто не может защитить себя, физически слабее своих ровесников;

- **особенности поведения** – замкнутые, чувствительные, застенчивые, тревожные дети или дети с импульсивным поведением, не уверены в себе, несчастны и имеют низкое самоуважение;

- **особенности внешности** – рыжие волосы веснушки, оттопыренные уши, кривые ноги, особая форма головы, вес тела (полнота или худоба) и т.д.;

- **неразвитые социальные навыки** – часто не имеют ни одного близкого друга и успешнее общаются со взрослыми, нежели со сверстниками;

- **страх перед школой**, неуспешность в учебе часто формирует у детей отрицательное отношение к школе в целом, страх посещения отдельных предметов, что воспринимается окружающими иногда как повышенная тревожность, неуверенность, провоцируя агрессию;

- **отсутствие опыта жизни в коллективе** (домашние дети);



- **болезни** – эпилепсию, тики, заикание, энурез (недержание мочи), энкопрез (недержание кала), нарушения речи – дислалия (косноязычие), дисграфия (нарушение письменной речи), дислексия (нарушение чтения), дискалькулия (нарушение способности к счету) и т. д.;

- **низкий интеллект** и трудности в обучении.

Признаки школьной травли:

- постоянно находится в подавленном настроении;
- стал получать плохие отметки;
- ищет предлог, чтобы не идти в школу;
- по дороге в школу и домой выбирает обходные маршруты;
- приходит с испорченной или в грязной одежде, порванными учебниками и тетрадями;
- то и дело «теряет» вещи и карманные деньги;
- не выходит играть во двор;
- часто приходит с синяками и ссадинами;
- не встречается с одноклассниками, не приглашает их домой и не ходит в гости;
- стал замкнут и вспыльчив.

Если Ваш ребенок стал жертвой «Что делать?»

- прежде всего, понять истинную причину произошедшего с ним;
- убедиться, что ваш ребёнок действительно стал жертвой школьного буллинга;
- сообщить об этом учителю/школьному психологу/соц.педагогу или администрации школы;
- сообща найти пути выхода из сложившейся ситуации;
- если ребёнок был сильно напуган и потрясён случившимся, не отправлять его на следующий день в школу.

Что сказать ребенку?

Я тебе верю (это поможет ребенку понять, что Вы в состоянии помочь ему с его проблемой).

Мне жаль, что с тобой это случилось (это поможет ребенку понять, что Вы пытаетесь понять его чувства).

Это не твоя вина (дайте понять ребенку, что он не одинок в подобной ситуации: многие его сверстники сталкиваются с разными вариантами запугивания или агрессии в тот или иной момент взросления).

Хорошо, что ты мне об этом сказал (это поможет ребенку понять, что он правильно сделал, обратившись за помощью и поддержкой).

Я люблю тебя и постараюсь сделать так, чтобы тебе больше не угрожала опасность (это поможет ребенку с надеждой посмотреть в будущее и ощутить защиту).

Научите Вашего ребёнка:

- найти себе друга среди одноклассников, а ещё лучше несколько настоящих друзей;
- найти общий язык с каждым учеником в классе;
- приглашать одноклассников в гости;
- научиться уважать мнение своих одноклассников;
- не пытаться всегда побеждать в своих спорах со сверстниками;
- научиться проигрывать и уступать, если Ваш ребёнок на самом деле не прав.

