

Что делать родителям

Родители ребёнка-жертвы испытывают чувство вины, стыда, гнева, боли и бессилия. Из-за этого иногда вместо поддержки и сочувствия обрушиваются на него с советами и обвинениями: «Что же ты не дал сдачи?!», «Не будь тряпкой!», «Сам виноват» и так далее.

Важно понять, что это может случиться с любой семьёй. Здесь никто не виноват, особенно сам ребёнок.

Если вы чувствуете, что как родитель не справляетесь с ситуацией (а это нормально), то прежде всего нужно самому получить поддержку близких или психолога.

После этого вы сможете нормально поговорить о случившемся с ребёнком. Вот фразы, которые помогут вам начать диалог:

- *«Я тебе верю».* Это даст ребёнку понять, что вместе вы справитесь с проблемой травли.
- *«Мне жаль, что с тобой это случилось».* Это сигнал, что вы разделяете его чувства.
- *«Это не твоя вина».* Покажите ребёнку, что в этой ситуации он не одинок, многие его сверстники сталкиваются с разными вариантами детского буллинга — запугиванием и агрессией.
- *«Хорошо, что ты мне об этом сказал».* Докажите, что ребёнок правильно сделал, обратившись к вам.
- *«Я люблю тебя и постараюсь сделать так, чтобы тебе больше не угрожала опасность».* Эта фраза позволит ощутить защиту и с надеждой посмотреть в будущее.

Старайтесь всегда поддерживать с детьми доверительные отношения, чтобы они вовремя смогли попросить о помощи в случае школьного насилия.

Мотивы буллинга

- Зависть;
- Месть (когда жертвы переходят в разряд буллеров: наказать за боль и причиненные страдания);
- Чувство неприязни;
- Борьба за власть;
- Нейтрализация соперника через показ преимущества над ним;
- Самоутверждение вплоть до удовлетворения садистских потребностей отдельных личностей;
- Стремление быть в центре внимания, выгладеть круто;
- Стремление удивить, поразить;
- Стремление разрядиться, «приколоться»;
- Желание унижить, запугать неоправившегося человека.

Родители!

Подростковый буллинг — проблема, для решения которой требуется комплексный подход. С травлей в учебных заведениях должен разбираться не ребёнок в одиночку, а все стороны — родители, учитель и сам учащийся. Главный совет для тех, кто столкнулся с буллингом, — как можно скорее рассказать об этом всем заинтересованным лицам

УО «Костюковский
государственный аграрно-технический
профессиональный лицей»

Памятка для родителей

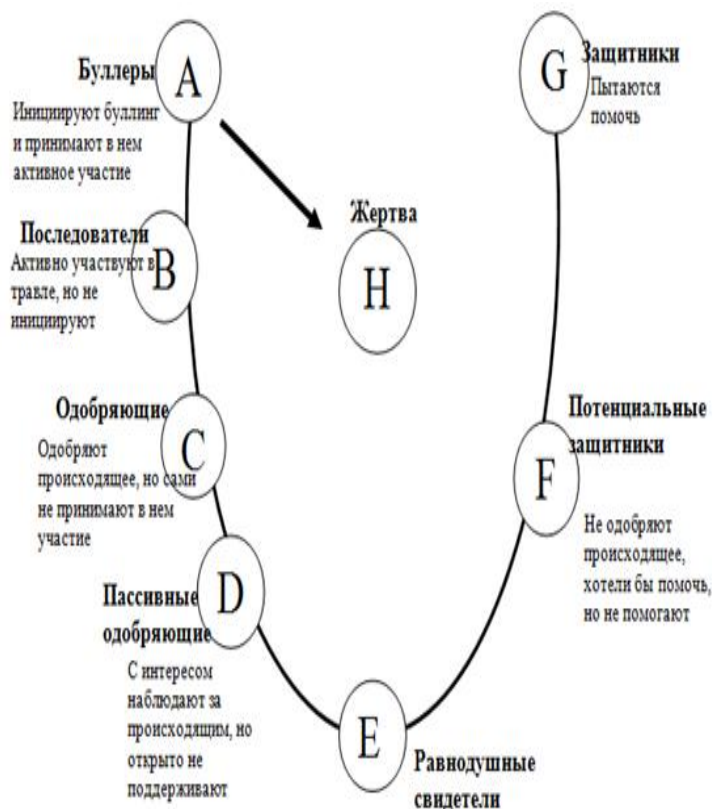
Буллинг в подростковой среде

Гомель, 2020

Буллинг - это запугивание, унижение, травля, физический или психологический террор, направленный на то, чтобы вызвать страх и тем самым поставить человека в подчиненное положение.

Буллинг - травля одного человека другим, агрессивное преследование одного ребенка другими детьми.

Действующие лица



Формы буллинга:

1. **Физический буллинг** - умышленные толчки, удары, пинки, побои нанесение иных телесных повреждений и др.;

- **сексуальный буллинг** является подвидом физического (действия сексуального характера).

2. **Психологический буллинг** - насилие, связанное с действием на психику, наносящее психологическую травму путём словесных оскорблений или угроз, преследование, запугивание, которыми умышленно причиняется эмоциональные страдания. К этой форме можно отнести:

- **вербальный буллинг**, где орудием служит голос (обидное имя, с которым постоянно обращаются к жертве, обзывания, дразнение, распространение обидных слухов и т.д.);

- **обидные жесты или действия** (например, плевки в жертву либо в её направлении);

- **запугивание** (использование агрессивного языка тела и интонаций голоса для того, чтобы заставить жертву совершать или не совершать что-либо);

- **изоляция** (жертва умышленно изолируется, выгоняется или игнорируется частью учеников или всем классом, детским коллективом);

- **вымогательство** (денег, еды, иных вещей, принуждение что-либо украсть);

- **повреждение и иные действия с имуществом** (воровство, грабёж, прятанье личных вещей жертвы);

- **кибербуллинг** – унижение с помощью мобильных телефонов, Интернета, иных электронных устройств (пересылка обидных, угрожающих изображений и фотографий, обзывание, распространение слухов и др.).

Для подростков, ставших жертвами буллинга, характерно следующее:

- притворяются больными, чтобы избежать похода на учебу;
- боятся одни идти на учебу и домой, просят проводить их на уроки, часто опаздывают;
- меняется поведение и характер ребенка;
- явные симптомы страха, заключающиеся в нарушениях сна и аппетита, ночном крике, энурезе, заикании и нервном тике, нелюдимости и скрытности;
- частые просьбы дать денег, воровство;
- снижение качества учебы, потеря интереса к любимым занятиям;
- постоянные ссадины, синяки и другие травмы;
- молчаливость, нежелание идти на разговор;
- суицидальные намерения и как крайняя степень – суицид.

