

Почему некоторых детей не принимает детский коллектив? От чего такой весёлый и добрый ребёнок вдруг превратился в замкнутое молчаливое существо? Почему уже на протяжении долгого времени из школы приходит в слезах?

*Ответ один* – возможно Ваш ребенок стал жертвой буллинга (травли).

В школьных коллективах (классах) часто существует такое явление.

## БУЛЛИНГ – ЭТО...



Буллинг (от глагола *bully* — запугивание) — это регулярный (физический и / или психологический террор в отношении человека).

По наблюдениям каждого третьего ребенка травили в школе. У 60 % детей жертвой был один из знакомых. Почти 70 % детей наблюдали травлю.

### Типы травли в школе,

**Существует 4 типа буллинга, которые могут сочетаться друг с другом:**

➤ **Вербальная.** Ребенка оскорбляют, смеются над ним, его поведением, внешним видом.

➤ **Поведенческая.** Ребенку объявляют бойкот, от него изолируются, создают невыносимые условия пребывания в классе, школе.

➤ **Физическая.** Ребенку наносятся целенаправленные увечья, побои. Действует принцип «сильный бьет слабого».

➤ **Кибербуллинг.** Травля через социальные сети. Ребенку отправляют оскорбительные сообщения, одноклассники, сверстники снимают ролики с демонстрацией издевательства над жертвой, а потом выкладывают их в социальные сети, на YouTube.

### Формы школьного буллинга

Психологический школьный буллинг – насилие, связанное с действием на психику, наносящее психологическую травму путем словесных оскорблений или угроз, преследование, запугивание, которыми умышленно причиняется эмоциональная неуверенность.

- Вербальный буллинг
- Обидные жесты или действия
- Запугивание
- Изоляция
- Вымогательство
- Повреждение личных вещей
- Школьный кибербуллинг

### Особенности поведения ребенка-жертвы школьного буллинга:

- притворяется больным, чтобы избежать похода в школу;
- боится один идти в школу и из школы, просит проводить, опаздывает на уроки;
- часто просит денег, отмечается склонность к воровству;
- чрезмерно скрытен, молчалив, уходит от разговора;
- у ребенка меняется поведение и характер;
- снижается успеваемость, теряется интерес к любимым занятиям;
- на лице явные симптомы страха, нарушение сна и аппетита,очные крики, заикание, нервный тик;
- приходит в поврежденных вещах, рваной одежде;
- наличие постоянных синяков, ссадин.



### Последствия буллинга:

- проявление ответной агрессии;
- появление комплексов;
- формирование низкой самооценки;
- психологическая травма;
- склонность или употребление алкоголя, табакокурения, наркотических веществ;
- попытка суицида.



### 4 составляющие, как не допустить школьного буллинга с Вашим ребенком

1. Работа над самооценкой ребенка.
2. Взаимодействие с родителями одноклассников.

3. Сотрудничество со школой (беседы с классным руководителем, учителями-предметниками, школьным психологом, социальным педагогом и администрацией).

4. Следовать правилам общения и взаимодействия с ребенком.

НЕЛЬЗЯ	НУЖНО
Обвинять самого ребенка	Говорить откровенно
Обесценивать переживания ребенка	Проявлять готовность и переживания
Давать неоправданные обещания	Искать новые способы реагирования на проблемную ситуацию вместе с ребенком
Допрашивать	Отвлекать от проблем в школе (новый кружок, секция, увлечение)
Оставаться в стороне от проблем	Вселять уверенность. хвалить

**ПОМНИТЕ: Ваша цель предотвратить и прекратить травлю, а не наказать виновных!**

## Уважаемые родители!

**Чтобы не попасть Вашему ребенку в «группу риска» по школьному буллингу, дайте ему несколько советов:**

- не показывать свое превосходство над другими;
- не пытаться выделяться среди других, если нет для этого повода;
- не хвастаться, не задираться своими успехами, электронными средствами, своими родителями;
- не демонстрировать свою элитарность;
- не ябедничать;
- не подлизываться к учителям;
- не давать повода для унижения чувства собственного достоинства;
- не показывать свою физическую силу;
- не игнорировать «решения» класса, если они не противоречат нравственным нормам и законодательству;
- не показывать свою слабость при физических дефектах;
- постараться общаться с каждым учеником из своего класса;
- найти несколько друзей среди одноклассников;
- проводить свободное время с одноклассниками;
- не стремиться всегда побеждать в спорах, иногда лучше идти на компромисс;
- научиться проигрывать, если не прав;
- уважать мнение своих одноклассников.

## ОДНАКО, ЭТО ПРОИЗОШЛО!!!

**Вы узнали, что ребенок все же стал жертвой буллинга. Ваши шаги:**

- выяснить причину школьного конфликта (разговор с ребенком, классным руководителем, администрацией школы);
- обратиться за помощью к школьному психологу;
- создать эмоционально-комфортный климат в семье, всестороннюю поддержку;
- при сильном потрясении не следует на следующий день отправлять ребёнка в школу;

- записать в кружки, секции, творческие студии с целью получения конструктивного общения с другими детьми;
- при необходимости перевести в другую школу;
- в крайне тяжелых случаях необходимо обращаться в организации и учреждения по защите интересов детства: комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав, правоохранительные органы, учреждения здравоохранения и, конечно, к нам в Центр.

## Г(О)БУ Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи



### Специалисты

Педагоги-психологи  
Учителя-логопеды  
Учителя-дефектологи  
Социальные педагоги  
Врачи-специалисты



398059, Липецкая область, г. Липецк,  
ул. Неделина, дом 40, в здании Центра дистанционного образования детей-инвалидов Липецкой области, 3 этаж



### Режим работы Центра:

понедельник-пятница - с 8.30 до 17.00 часов

Тел./факс 8 (4742) 22-06-02

E-mail: [cppmsp15@mail.ru](mailto:cppmsp15@mail.ru)



Официальный сайт: [ppmsp48.ru](http://ppmsp48.ru)

**Управление образования и науки Липецкой области**

**Государственное (областное) бюджетное учреждение Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи**



# РОДИТЕЛЯМ О БУЛЛИНГЕ



**ПАМЯТКА ПО ПРЕДОТВРАЩЕНИЮ ТРАВЛИ (БУЛЛИНГА) ДЕТЕЙ В ШКОЛЕ**

**«Из любой трудной жизненной ситуации всегда можно найти выход, а вечных и не решаемых проблем не бывает»**

г.Липецк