**Как помочь ребёнку избежать школьного буллинга**

**РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

|  |
| --- |
| **\*Буллинг (**[**англ.**](https://infourok.ru/go.html?href=https%3A%2F%2Fru.wikipedia.org%2Fwiki%2F%25D0%2590%25D0%25BD%25D0%25B3%25D0%25BB%25D0%25B8%25D0%25B9%25D1%2581%25D0%25BA%25D0%25B8%25D0%25B9_%25D1%258F%25D0%25B7%25D1%258B%25D0%25BA)***bullying*) — агрессивное преследование одного из членов коллектива (особенно коллектива школьников и студентов, но также и коллег) со стороны остальных членов коллектива или его части.**  Прежде всего, родители должны, безусловно, любить своего ребёнка и поступать так, чтобы ребёнок знал, что у него всегда есть поддержка и опора в их лице.  Любого ребёнка, начиная с первого класса, очень важно предупредить, что его могут дразнить, высмеивать одноклассники, могут даже ударить. Если что-то подобное произошло, научите ребёнка, что необходимо немедленно рассказать о случившемся родителям или другим взрослым, которым ребёнок доверяет. |

|  |  |
| --- | --- |
| https://www.hanisauland.de/img/db/mob_seite1.png_1430_802.png | https://www.abc.es/media/familia/2017/01/13/acoso-escolar-kUZG--1190x800@abc.jpg |



|  |
| --- |
| **Научите Вашего ребёнка**, для того чтобы избежать попадания в группу риска по школьному буллингу, поступать следующим образом:   * вести себя с другими без зазнайства, задираний и превосходства над другими; * вести себя скромно: без хвастовства своими успехами, родителями и друзьями, вещами и предметами, без демонстрации своей элитарности; * вести себя самодостаточно, то есть проявлять себя достойно, без подлизываний к учителям, сверстникам или более старшим по возрасту школьникам, жить без ябед и обид, относиться с уважением к другим людям; * не взывать к жалости окружающих в связи со своими хроническими заболеваниями или физическими дефектами; * решения класса или другого коллектива (группы людей) воспринимать с пониманием, уметь принимать их без игнорирования, если эти решения не противоречат нравственным нормам (не плыть против течения своего коллектива); * проявлять и применять свою физическую силу лишь в случаях защиты себя или тех, кого обижают, без демонстрации физической силы «просто так»; * вести себя без бахвальства своим талантом или увлечениями, научиться привлекать других к себе, а не отталкивать их от себя; * одарённость Вашего ребёнка должна быть направлена на благо класса и школы, чтобы одноклассники гордились, что они учатся вместе с Вашим ребёнком, а не завидовали ему (лучше защищать честь школы на соревнованиях, олимпиадах различного уровня, а не отказываться от участия, мотивируя отказ постоянной занятостью).   http://my-lib.net/read/105926433/images/i_002.png |

|  |
| --- |
| **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. |



|  |
| --- |
| **В целях повышения авторитета своего ребёнка в кругу его одноклассников, родители могут:**   * научить ребёнка без страха воспринимать своих одноклассников, у которых тоже есть свои проблемы; * родителям наладить контакты с учителями и одноклассниками; * участвовать в классных совместных мероприятиях, в которые вовлекаются и родители; * если у родителей есть необычное хобби, интересное детям, рассказать о нём одноклассникам ребёнка.\ * приглашать одноклассников ребёнка, а особенно тех, кому он симпатизирует, как можно чаще к себе в гости; * ребёнку нужны люди, не дающие его в обиду; наряду с педагогами это может быть и симпатизирующая ему группа детей, а так как разборки происходят не на виду у педагогов, а на переменах, в школьном дворе, то такая группа детей сможет его поддержать . * повышать самооценку ребёнка за счёт похвалы за его реальные достижения; * в случаях завышенной самооценки ребёнка объяснять ему, что это не надо показывать окружающим, что у любого человека есть и недостатки и достоинства * помочь ребёнку стать членом классного коллектива, а не просто ходить учиться; * если ребёнок - жертва буллинга, то не нужно смиряться с участью жертвы, а нужно восставать против этого, привлекая на свою сторону своих друзей; * не показывать свой страх и слабость, и вместо слёз и просьб о помиловании, набрасываться на своих преследователей, хотя бы неожиданными вопросами, или же озадачить их своим знанием чем-то нехорошим о них. * не настраивать ребёнка против его школьных мероприятий, даже если они кажутся вам ненужными; * не пытаться выделять своего ребёнка среди одноклассников «элитностью» одежды и особой гламурностью; * учить выполнять общие требования для всех детей в классе, вплоть до формы одежды на уроках физкультуры. |



|  |
| --- |
| **Если профилактические меры не помогли, и Ваш ребёнок оказался жертвой буллинга, Вам как родителям необходимо:**   * прежде всего, понять истинную причину произошедшего с ним; * убедиться, что ваш ребёнок действительно стал жертвой школьного буллинга; * сообщить об этом учителю и школьному психологу; * сообща найти пути выхода из сложившийся ситуации; * если ребёнок был сильно напуган и потрясён случившимся, не отправлять его на следующий день в школу; * при сильно пережитом стрессе попытаться перевести ребёнка в другой класс или даже в другую школу; * в целях предупреждения развития посттравматического стрессового синдрома важно обратиться к специалистам (психологу, психотерапевту); * ни в коем случае не игнорировать случившееся с ребёнком и не пускать всё на самотёк. |





