

Как понять, что вашего ребенка травят

Будьте внимательны к своему ребенку

Если вы подозреваете, что ребенка травят, обращайтесь к психологу, классному руководителю и директору школы.

Признаки буллинга

явные

Ребенка травят, если

- он рассказывает, что его обижают, дразнят, доводят, унижают, бьют, прячут, портят и отбирают его вещи;
- ребята не общаются с ним, отказываются сидеть за одной партой, принимать в игру, выполнять вместе задание;
- ребенок приходит из школы со следами побоев, заплаканный, грязный;
- вещи ученика портят или «пропадают» его школьные принадлежности

неявные

Ребенка травят, если

- он говорит, что не хочет в школу, просит остаться дома;
- он просит перевести его в другой класс, пытается прогулять;
- он стал грустным, вялым, испуганным, настороженным;
- он не общается ни с кем из класса, отказывается ехать с классом на экскурсии

Не обвиняйте ребенка, если он жертва буллинга

Если вашего ребенка травят другие дети, его нельзя обвинять в этом и советовать не обращать внимания.

Поддержите своего ребенка эмоционально

Скажите, что никто не имеет права с ним так обращаться, что это недопустимо и вы найдете способ справиться с этим.

Запомните и запишите, о каких фактах говорит ребенок

Скажите, что понимаете его и сделаете все, чтобы ему помочь.

ПРИЗНАКИ БУЛЛИНГА

1

Физические признаки

Синяки, царапины, ссадины, поврежденные вещи, частые жалобы на боли без очевидных причин



2

Эмоциональные всплески

Раздражительность, подавленность, слезы, пассивная агрессия, нервные тики, низкая самооценка

3

Социальная изоляция

Избегание общения, одиночество, отказ от школьных мероприятий, погруженность в социальные сети и игры



4

Изменения в поведении и внешности

Снижение успеваемости, пропуски занятий, потеря вещей, запущенный вид, повышенный интерес к самообороне и оружию



5

"Аллергия" на школу

Головная боль или тошнота при мыслях о школе, нежелание посещать занятия, жалобы на здоровье перед уроками

2024
год семьи



здоровое поколение
ВСЕРОССИЙСКИЙ СОЦИАЛЬНЫЙ
БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ПРОЕКТ

ПОГОВОРИТЕ СО СВОИМ РЕБЕНКОМ О БУЛЛИНГЕ

1. Спокойная, уединенная обстановка
поможет ребенку открыться.

2. Начните с открытых вопросов.
"Как ты себя чувствуешь?
Что происходит в школе?"

3. Обращайте внимание на невербальные
сигналы.
Жесты и мимика расскажут больше, чем слова.

4. Слушайте активно.
Покажите ребенку, что его переживания важны.

5. Избегайте обвинений:
вместо "Почему ты не рассказывал?" спросите
"Как ты себя чувствовал в этой ситуации?"

6. Приводите примеры.
Расскажите, как другие справлялись с похожими
проблемами.

7. Укрепляйте доверие.
Дайте понять: вы всегда поддержите, независимо от
ситуации.

8. Объясните, как важно делиться.
Говорить о проблемах — первый шаг к решению.

9. Расскажите о последствиях буллинга.
Поговорите об эмоциональном и социальном влиянии
на обидчика и жертву.

10. Поддержите веру в решение.
Завершите разговор словами:
"Мы с тобой, мы справимся вместе."