

# БУЛЛИНГ

## ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ РОДИТЕЛЯМ?



**K24**

**Буллинг - это систематическая травля, которая может быть как физической, так и психологической.**

**Физический буллинг** – подзатыльники, удары, пощечины, пинки, щипки, плевки, подножки;

**Психологический буллинг** – оскорбления, насмешки, игнорирование, угрозы как лично, так и через интернет (кибербуллинг).

**Физический буллинг автоматически становится и психологическим.**



## Как понять, что ребенка преследуют в школе (техникуме, ВУЗе)?

Ответьте для себя на эти вопросы и поймете – является ли ваш ребенок объектом буллинга:

- *есть ли в отношении моего ребенка оскорбления, порча вещей, исключение из компании, физические издевательства?*
- *часто ли это происходит?*
- *направлена ли агрессия только против моего ребенка или у детей просто такая манера общения?*
- *часто ли ребенок отказывается идти в школу, придумывая отговорки?*
- *есть ли у ребенка испорченные вещи, синяки, ссадины, ушибы и он не хочет или не может объяснить, откуда они взялись?*

## Как понять, что ребенка преследуют в школе (техникуме, ВУЗе)?

- игнорируют или его одноклассники?  
Например, не приходят на день рождение, не принимают в командные игры?
- дразнят ли ребенка за внешний вид, комплекцию, особенности фигуры, осанки, зрения и т.д.?
- самый простой признак буллинга – ваш ребенок болел и ему никто не позвонил, не написал, не рассказал какое домашнее задание задали.
- он сидит один за партой и на переменах он один – тоже признак буллинга.



## Что делать если ребенок стал объектом буллинга?

- выслушать спокойно и доверительно;
- показать максимальное доверие его словам;
- проявить психологическую и эмоциональную поддержку;
- начать немедленный диалог с классным руководителем и школой;
- ни в коем случае не устраивать «разборок» непосредственно с детьми;
- встретиться с родителями одноклассников;
- обязательно отвести на прием к психологу;
- не следует сразу сломя голову бежать и писать заявление в полицию, сначала нужно разузнать всю ситуацию.

# ЧТО ТАКОЕ БУЛЛИНГ?

Буллинг - английское слово из охотничьего лексикона. Слово «bull» означает натравливание собаки на дичь, и на русский язык так и переводится – «травля».

Термин «bullying» уже вошел в лексикон психологов и психотерапевтов и означает «запугивание» или «издевательство».

**Данные Всемирной организации здравоохранения за 2020 год говорят что в мире 42% школьников и 37% школьниц являются объектами буллинга.**



# Что делать, если ребенок инициатор буллинга?

## НУЖНО

- четко, твердо и ясно объяснить: «То, что вы делаете — это насилие». Чаще всего дети не осознают, что происходит, для них все может выглядеть безобидной игрой или проявлением личной неприязни;
- попросить поставить себя на место жертвы, описывая конкретные действия, которые совершал в отношении жертвы;
- обозначить ребенку важность данной проблемы для вас, объяснить, что вас ложится ответственность за его буллинг;

## Что делать, если ребенок инициатор буллинга?

Может возникнуть ситуация, при которой ваш ребенок не жертва буллинга, а организатор («булли»).

### **НЕЛЬЗЯ**

- *нельзя ругать, кричать и бить – так спровоцируете еще большую агрессию;*
- *нельзя стыдить и вызывать чувство вины – «булли» чаще всего это и толкает на травлю;*
- *нельзя давить на жалость описанием чувств, страданий жертвы. Это лишь усиливает презрение к ее беспомощности.*



# Что делать, если ребенок инициатор буллинга?

## НУЖНО

- посмотрите с ним любой художественный фильм о травле, например, «Чучело» или «Повелитель мух»;
- наладьте диалог и максимально доброжелательный контакт с родителями жертвы буллинга;
- исключите любую агрессию внутри семьи.

**Если вы просто переведете ребенка в другую школу** – это не выход. На новом месте жертвы буллинга снова подвергаются травле – доказано статистикой психологов.

Общайтесь с педагогами – прекращение и предотвращение буллинга, за исключением каких-либо диких и вопиющих случаев, находится полностью в юрисдикции школы.