 Что делать, если вы узнали, что ваш ребенок подвергается травле?

1. Не забывайте, что никто не оправдывает издевательства! Поведение, характер, национальность, форма тела, цвет волос, материальное положение, навыки и знания ( или их отсутствие), одежда или привычки человека не оправдывают нападок на него.

2. Ребенок, ставший жертвой издевательств, может быть не готов обсуждать это.   
Любое обсуждение заставит ребенка вновь переживать негативные эмоции, а это значит, что вы должны быть очень деликатны, когда разговариваете с ним.

3. Не пытайтесь сделать события менее значимыми или использовать иронию: не предлагайте быстрые решения и не обвиняйте никого. Избегайте говорить такие вещи, как «Это ничего, ты будешь в порядке, ничего страшного!», «Ты больше не ребенок, ты должен с этим справиться!», «Просто держись подальше от хулиганов!» или «Не будь таким плаксой!» Другие дети очень важны для вашего ребенка, и ему важно чувствовать их одобрение.

4. Только сам ребенок может оценить, чувствует ли он себя хорошо и безопасно или чувствует угрозу от чьего-то поведения. То, что кажется незначительным для родителей, может восприниматься ребенком как что-то страшное

5. Не только школа и учителя несут ответственность за случаи издевательств.  
Хотя родителям может показаться, что учителя могут и должны контролировать все, что происходит в школе, на практике это невозможно. Всегда есть моменты в течение дня, когда сотрудники школы не находятся там, где происходит травля, и не могут засвидетельствовать случаи буллинга.

6. Поймите страх вашего ребенка перед издевательствами. Дети могут ощущать, причем вполне обосновано, неспособность своих родителей или учителей немедленно и навсегда решить проблему, поскольку ни родители, ни учителя не сопровождают ребенка постоянно. Существует также угроза того, что говоря о проблеме, они могут быть освобождены своими сверстниками.

7.  Каждый человек имеет право и обязан немедленно прекратить травлю. Любой ребенок может столкнуться с конфликтом, но буллинг как систематическое причинение вреда другим абсолютно неприемлем.

8. Рассмотрите возможность того, что ваш ребенок не сказал учителю о том, что его травят, что он не может рассказать вам все или что он может исказить некоторые детали.  
Дети могут чувствовать, что они виноваты в некоторых ситуациях, что они бесполезны или что сокрытие правды спасет их от обсуждения другими детьми или родителями.

9. Как родитель, вы не можете требовать, чтобы ваш ребенок был популярен в своем классе, но вы имеете право предполагать, что, когда ваш ребенок относится к другим с уважением, к нему относятся с уважением в ответ. Вы так же имеете право требовать, чтобы школьный персонал сотрудничал с родителями для обеспечения безопасности, и вы можете попросить их проконтролировать, чтобы дети относились ко всем уважительно.

**«Большое родительское собрание»**

**МБОУ Никольская СОШ**

Адрес: Красноярский край, Емельяновский район,

с. Никольское, ул. 60 лет Октября, 3 “а”

Телефон: 83913330137

Сайт: nikolsk.edusite.ru

Эл. почта: nikemkras@list.ru

Что вы должны сделать?

Если вы заметили признаки в поведении ребенка, по которым можно предположить, что он стал жертвой буллинга ( уходы из школы, страх школы, отсутствие друзей, гнев против всех и вся, признаки физического насилия

1. Сохраняйте спокойствие и подумайте, как бы вы могли обсудить этот вопрос с ребенком. Вы как родитель подаете пример своему ребенку своим поведением. Хотя это может быть трудно для вас, постарайтесь сохранить спокойствие, действия на эмоциях может привести вас к принятию решения, о котором вы позже будете сожалеть.

2. Поговорите с ребенком и расскажите ему, что вы заметили, что у него проблемы. Скажите ему, что вы беспокоитесь и хотите помочь. Поддержите своего ребенка и будьте человеком, которому он может безоговорочно доверять.

3. Пообещайте своему ребенку, что вы не будете сердиться на него, если он расскажет вам все. Когда ребенок говорит о сложных вещах, он должен знать, что родители поддержат его, несмотря ни на что.

4. Обсудите следующие шаги, которые необходимо предпринять, чтобы остановить травлю. Прежде чем идти к кому-либо и раскрыть все подробности буллинга, обсудите его со своим ребенком. Он должен быть уверен, что вы не предпримете никаких шагов за их спиной для решения этого вопроса.

5. Свяжитесь со школой и спросите, что вы могли бы сделать вместе, чтобы остановить буллинг. Травлю можно прекратить, если все взрослые работают вместе и каждый из них вносит свой вклад.

6. Оцените свои знания и навыки, чтобы справиться с ситуацией. Вы в состоянии разрешить ситуацию самостоятельно, или вам нужна помощь? При необходимости найдите кого-нибудь, кто может вам помочь (например, психолог в школе или консультационном центре.)

8-800-2000-122 – единый номер телефона доверия (служб экстренной психологической помощи) для детей, подростков и их родителей. Телефон доверия действует круглосуточно. Звонок анонимный и бесплатный с любого телефона!

¨При звонке на этот номер в любом населенном пункте Российской Федерации со стационарных или мобильных телефонов дети, подростки и их родители, иные граждане могут получить экстренную психологическую помощь, которая оказывается специалистами действующих региональных служб, подключенных к единому общероссийскому номеру.

¨Конфиденциальность и бесплатность - два основных принципа работы детского телефона доверия. Это означает, что можно получить психологическую помощь анонимно и бесплатно и тайна обращения гарантируется.

**«Большое родительское собрание»**

**МБОУ Никольская СОШ**

Адрес: Красноярский край, Емельяновский район,

с. Никольское, ул. 60 лет Октября, 3 “а”

Телефон: 83913330137

Сайт: nikolsk.edusite.ru

Эл. почта: nikemkras@list.ru

Если вы узнаете, что ваш ребенок зачинщик травли.

1. Агрессор не плохой ребенок, и вы не плохой родитель. Хулиган нуждается в помощи, но причинённый им ущерб должен быть ему объяснен. Если вы считаете, что вам нужен совет о том, как поддержать вашего ребенка, не стесняйтесь обращайтесь к специалисту ( например к школьному психологу).

2. Чтобы изменить поведение агрессора, он должен четко понять, что такое поведение неприемлемо. Хулиганское поведение не бывает приемлемым никогда и должно прекратиться— даже если навыки, знания или поведение хулигана с другими людьми чрезвычайно хороши или даже выдающиеся.

3. Издевательства не являются естественной частью взросления. Из-за этого дети, ставшие жертвами, не становятся сильнее и не развиваются лучше. Напротив, буллинг нанести необратимый урон жертве. Агрессоры, которых не остановили, в свою очередь, не уважают других людей или нарушают закон уже во взрослом возрасте.

4. Агрессором часто движет опасение, что его положение в классе или группе не является стабильным. Они считают, что издевательства или другие виды травли помогают им сохранить свое положение среди других учеников их одобрение. Зависимость от мнения окружающих характерна для молодого возраста и неизбежна, особенно среди подростков. Агрессор может вести себя так, чтобы отвлечь внимание от своих возможных «недостатков», таких, как неуверенность, страх, чувство безопасности или неспособность справиться со сложными ситуациями.

5. Поведение агрессора не измениться, пока его поддерживают свидетели или люди, чье мнение важно для него. Это означает, что одного осуждения буллинга недостаточно—необходимо также работать со школой для совместного поиска решений.

6. Обсуждение всех видов насилия и унижающего поведения имеет важнейшее значение. Следует иметь в виду, что, когда ребенок определяет, что «правильно», а что «неправильно», он исходить из реальности, которую видит и переживает каждый день, а не от того, что ему говорят. Поэтому, когда люди дома говорят одно, но ведут себя по-другому, дети склонны исходить из поведения, которое ни наблюдают. Например, ребенок, который получает телесные наказания дома, может прийти к выводу, что бить других разрешено. В этом случае родитель, говорящий ребенку, что бить других— неправильно, выглядит для ребенка неискренним.

**«Большое родительское собрание»**

**МБОУ Никольская СОШ**

Адрес: Красноярский край, Емельяновский район,

с. Никольское, ул. 60 лет Октября, 3 “а”

Телефон: 83913330137

Сайт: nikolsk.edusite.ru

Эл. почта: nikemkras@list.ru

Что вы должны сделать?

Если вы заметили тревожные признаки в поведение ребенка и можете предположить, что он ведет себя по отношению к другим детям как хулиган (отправляет унижающие других сообщения, часто выражает презрение к однокласснику, говорит злобные вещи про конкретного ребенка и т.д.)

1. Сохраняйте спокойствие и подумайте о том, как вы могли бы обсудить этот вопрос со своим ребенком. Вы как родитель подаете пример своему ребенку своим поведением. Хотя вам это может быть трудно, сохраняйте спокойствие, действия на эмоциях могут привести вас к принятию решения, о которых позже будете сожалеть.

2. Оцените свои знания и навыки. Вы в состоянии разрешить ситуацию самостоятельно, или вам нужна помощь? При необходимости найдите кого-нибудь, кто может вам помочь (например, психолога в школе или консультационном центре). Не стыдно признаться, что вы боитесь или не знаете, как подойти к вопросу. Гораздо хуже не обращать внимание на ситуацию.

3. Поговорите с ребенком и выслушайте его; обсудите этот вопрос вместе и на равных. Найдите время для своего ребенка, поговорите с ним и постарайтесь понять, как он воспринимает и понимает ли ситуацию. Пусть ребенок опишет вам все своими словами. Если ребенок должен описать, что он сделал с другим ребенком, это может помочь лучше понять, как тот ребенок себя чувствовал. Пусть ваш ребенок объяснит причины своего поведения, но не забывайте, что он может запутаться и не сможет объяснить свое поведение.

4. Задумайтесь о том, имеет и ваш ребенок достаточно возможностей, чтобы удовлетворить потребность в достижении и признании (хобби, спорт и т.д.). Буллинг может быть связан с потребностью ребенка во внимании и признании или с его низкой самооценкой. Помогите ребенку найти хобби или дело, в которое у него хорошо получается. Хвалите ребенка в ситуациях, когда он вел себя хорошо— негативная обратная связь по себе не научит его вести себя правильно. Однако вы также должны четко указывать ему, когда его поведение неприемлемо, в том числе, если он издевается над другими детьми.

5. Как можно скорее свяжитесь с учителем и /или другим представителем школы. Расскажите о своих наблюдениях и попросите совета, как вести себя в такой ситуации.

6. При необходимости обратитесь к психологу. Вы можете обратиться за помощью к школьному психологу или специалисту, работающему в консультационном центре.

8-800-2000-122 – единый номер телефона доверия (служб экстренной психологической помощи) для детей, подростков и их родителей. Телефон доверия действует круглосуточно. Звонок анонимный и бесплатный с любого телефона!

¨При звонке на этот номер в любом населенном пункте Российской Федерации со стационарных или мобильных телефонов дети, подростки и их родители, иные граждане могут получить экстренную психологическую помощь, которая оказывается специалистами действующих региональных служб, подключенных к единому общероссийскому номеру.

¨Конфиденциальность и бесплатность - два основных принципа работы детского телефона доверия. Это означает, что можно получить психологическую помощь анонимно и бесплатно и тайна обращения гарантируется.

 «Большое родительское собрание»

**МБОУ Никольская СОШ**

Адрес: Красноярский край, Емельяновский район,

с. Никольское, ул. 60 лет Октября, 3 “а”

Телефон: 83913330137

Сайт: nikolsk.edusite.ru

Эл. почта: nikemkras@list.ru