

Башкортостан Республикаһы
Өфө калаһы кала округы хакимияте
хәстәрлек һәм курсалау идаралығы

Муниципаль бюджет
өстәмә белем биреү
мәғариф учреждениеһы

«Үсеш»
психологик-педагогик, медицина һәм социаль
ярҙам үзәге

Дагстан ур., 31-се й., 2-се корп., Өфө к.,
450050

тел./факс: (347) 281-07-13, e-mail: dema-centr@mail.ru



Управление по опеке и попечительству
Администрации городского округа
город Уфа Республики Башкортостан

Муниципальное бюджетное
образовательное учреждение
дополнительного образования

«Центр психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи
«Развитие»

Дагестанская ул., д.31, корп.2, г. Уфа, 450050

ОКПО 50807624
ОГРН1020202362542
ИНН/КПП
0272010492/
027201001

Что нужно знать родителям о буллинге.



Составитель: Педагог-психолог Аюханова Г.З.
Уфа-2019г.

Буллинг - длительный процесс сознательного жестокого отношения, физического, словесного и (или) психологического преследования со стороны одного или группы детей к другому ребенку (другим детям).

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.

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;
 - вести себя самодостаточно, жить без ябед и обид, относиться с уважением к другим людям (одноклассникам, сверстникам и др.);
 - не взывать к жалости окружающих в связи со своими хроническими заболеваниями или физическими дефектами;
 - 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.
- 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. Если родитель может часами рассказывать о всевозможных марках автомобилей, то даже самые отъявленные драчуны будут смотреть на вас с восхищением, и вряд ли тронут вашего 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; и если он преуспевает в математике, к примеру, то необязательно его преуспевание в физкультуре или в чём-то другом;
- 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 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 сложившейся 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.**

Будьте внимательны к своему ребёнку, стремитесь к доверительным отношениям с ним, поддерживайте его в трудных ситуациях, обращайтесь за помощью к педагогам, психологам и руководителям школы!

**За консультативной помощью Вы можете обращаться по адресу:
г.Уфа, ул. Дагестанская 31 к.2, т. 281-07-13**