



Можно ли помочь жертве буллинга?

И чего точно не нужно делать

Буллинг в школе — это систематическое негативное влияние на ученика его одноклассником или группой детей.

Обозначает термин групповой или индивидуальный террор.

Что делать родителям в такой ситуации?

Советы «Давай сдачу», «Пожалуйся учителю» — не актуальны.

А совет «Не обращай внимания, и ему надоест к тебе приставать», который обычно дают жертве, вообще нереальная рекомендация для этого эмоционального возраста.

Избегание

не поможет решить пр

КАКИЕ ФАКТОРЫ ПРОВОЦИРУЮТ БУЛЛИНГ

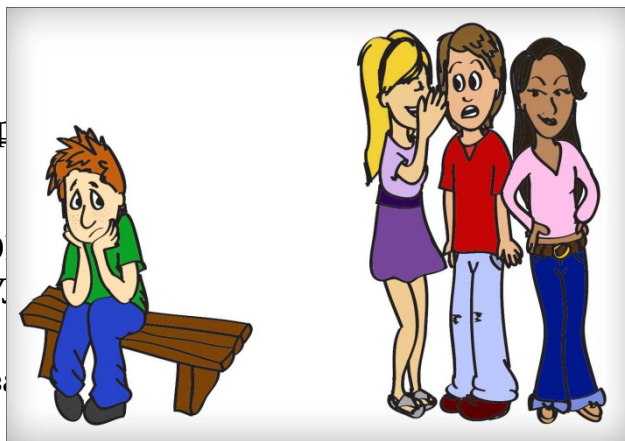
И **Беззащитность.** Важно, чтобы жертву никто не з

прекратится.

И **Неготовность биться «на смерть».** Буллеры — трусы. Именно поэтому они выбирают для нападков более слабых, тех, кто гарантированно не сможет ответить.

И **Низкая самооценка.** В голове жертвы прочно сидит недовольство собой или вина.

Высокая агрессивность. Иногда жертвами становятся дети задиристые, эмоционально и болезненно реагирующие на любое замечание или просьбу



КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ, КОТОРЫЙ ПОДВЕРГСЯ НАСИЛИЮ В ШКОЛЕ

· В первую очередь нужно пообщаться с учителем. Он сможет поддержать школьника в нужный момент.

· Если ребенок стал жертвой школьного насилия, значит, с ним что-то «не так». И речь не о внешних особенностях, а о характере. Научите его защищать себя, постарайтесь помочь ребенку стать уверенней в себе.

- Самый главный помощник школьнику-жертве – доброжелательная и любящая атмосфера в семье. Ребенок должен понимать, что его дом – его крепость. Здесь он «свой», здесь поймут, поддержат, помогут.

- Сформируйте у ребенка адекватную оценку самого себя. Он должен понимать свои достоинства и недостатки и не обращать внимания на оскорбления и унижения.

- Ежедневно спрашивайте, как прошел день, что нового, следите за изменениями в настроении. Это поможет вовремя обнаружить проблему и решить ее в самом зародыше.

Научите ребенка давать отпор агрессору.

Шаг 1: не оставаться одному!

лучшей контрстратегией для жертвы станет возвращение власти путем прекращения изоляции. Поощряйте ребенка быть честным со взрослым, если он подвергается издевательствам и заручаться поддержкой этого взрослого.

Шаг 2: не ждать.

После того, как хулиган прощупал почву и уверился, что жертва не будет сопротивляться, агрессия усугубляется.

Шаг 3: не ходить вокруг да около.

Чем больше хулиган видит, что не получит отпора за свои действия, тем больше он будет издеваться. Поэтому напористость и уверенность могут стать эффективным способом борьбы с травлей. Четкое и конкретное «отстань» дающий понять, что жертва не собирается становиться «жертвой».

Шаг 4: тренировка настойчивости.

Навык настойчивой коммуникации и уверенность ребенка в том, что в его честности со взрослыми — его сила, дают им некую броню, которую не захочет пытаться пробить ни один обидчик, и тогда травля в школе не коснется вас.

Не важно, сколько ребенку лет – 9 или 16.

В любом возрасте школьнику, который столкнулся с насилием,
нужна помощь родителей.

Своевременное решение проблемы убережет ребенка от негативных
последствий и даже поможет закалить характер и стать сильнее.

Педагог-психолог: Ольга Васильевна Лопата