



## Вашего ребенка травят, если:

- Ребенок говорит вам напрямую. Многие дети озвучивали жалобы родителям, но не получали поддержки.
- У ребенка часто пропадают или портятся вещи, а он не может объяснить, как это получается.
- Вы находите в вещах или на страницах соцсетей ребенка оскорбительные записи.
- У ребенка регулярно появляются синяки, царапины, которых он не может объяснить.
- Ребенок отказывается идти в школу, но не может объяснить причины, либо же объяснения неправдоподобны.
- Ребенок пропускает некоторые уроки, не может объяснить причину (буллинг может быть как со стороны учителя, так и со стороны одноклассников во время выполнения определенных заданий, упражнений).
- Ребенок регулярно встречался или созванивался с друзьями, но резко перестал.

- Ребенок странно реагирует на звонки, смс, начинает нервничать, переживать, скрывает телефон.
- Ребенок стал замкнутым, не хочет общаться с друзьями, ходить в гости.
- Ребенок потерял аппетит, плохо спит, появились эмоциональные всплески, тревожность, агрессивность.
- Появились пропуски занятий, снизилась успеваемость.

**Некоторые пункты не свидетельствуют напрямую о буллинге, но являются поводом для вас обратить внимание на ребенка, наблюдать, чтобы вовремя помочь.**

## Родителям обидчика:

У наших детей конфликт. Нам нужно это обсудить. Не мешает поговорить и с родителями обидчика. Конечно, может быть и так, что агрессивный ребёнок терроризирует всю семью, и дома с ним никто не в силах сладить. Но это уже не ваша головная боль.

Вам надо донести до обидчика и его родителей простую мысль: если травля не прекратится, вы вынуждены будете поднять этот вопрос на ближайшем родительском собрании. А если к вам присоединятся другие мамы или папы, можно будет говорить о переводе агрессивного ребёнка в другую школу или об обращении в соответствующие инстанции с доказательствами.

МИНИСТЕРСТВО СОЦИАЛЬНОГО  
РАЗВИТИЯ ПЕРМСКОГО КРАЯ

РОССИЙСКИЙ ДЕТСКИЙ ФОНД  
Пермское краевое отделение



**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ  
«ПОДСКАЗКИ» ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ  
(ЗАКОННЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ)  
ПО СЕМЕЙНОМУ ВОСПИТАНИЮ И  
ЛИЧНОСТНОМУ РАЗВИТИЮ  
ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ**

**"КАК ПОНЯТЬ, ЧТО ВАШЕГО  
РЕБЕНКА ТРАВЯТ?"**



**ПУСТЬ У ВАС ВСЁ ПОЛУЧИТСЯ  
В ВОСПИТАНИИ ВАШИХ ДЕТЕЙ!  
ПОМНИТЕ: «ДЕТИ НАС НЕ СЛУШАЮТ!  
ДЕТИ НА НАС СМОТРЯТ!»**

## Пошаговая инструкция РОДИТЕЛЯМ ЖЕРТВЫ БУЛЛИНГА

Что делать после того, как Вам удалось выяснить ситуацию у ребёнка?

**Ключевой тезис – РЕБЕНОК – жертва травли ВСЕГДА нуждается в ПОДДЕРЖКЕ близких!**

**Какие слова могут помочь ребёнку справиться с психологическим дискомфортом?**

**1. Спасибо, что ты рассказал мне. Это важно. Мы обязательно с этим разберемся.** Важно показать, что вы услышали ребёнка. Что он больше не один на один со своей проблемой, что взрослый знает и обязательно поможет. Но именно поддержка, а не чрезвычайная опека и ограждение от любых потенциальных трудностей.

**2. Ты ни в чем не виноват!** Бывает так, что родители пытаются найти причину буллинга в самом ребёнке: «Подумай, чем ты мог обидеть ребят?», «А кого-то еще обижают или только тебя?», «Ну ты ведь и сам знаешь, что ты рыжий/тощий/толстый/носишь очки». Об этом не может быть и речи. Ребёнок ни в чем не виноват. Никто не может быть виноват в том, что его унижают, оскорбляют, бьют или игнорируют.

**3. Давай вместе подумаем, что можно сделать, чтобы решить ситуацию?**

Постарайтесь как можно больше узнать о происходящем, задавайте наводящие вопросы, но не превращайте спокойную беседу в допрос

**4. Учителю, классному руководителю:**

Моего ребёнка травят в школе. Что Вы сделаете, чтобы это прекратить? Если с учителем продуктивного диалога не вышло – значит, необходимо обратиться к директору или к кому-то из администрации. Не уходите из школы, пока не убедитесь, что вас действительно услышали, а не отделались дежурными заверениями, что подобного больше не повторится.

## Что делать, если Ваш ребенок БУЛЛЕР?

Не менее серьезная проблема – как реагировать, если Вы узнали о факте буллинга со стороны Вашего ребенка?

Когда родители впервые слышат, что их ребенок унизил или оскорбил одноклассника, им становится страшно и стыдно («Мы его такому не учили!»). Но причина может скрываться не только в воспитании.



## Почему ребенок травит других детей?

- Ребенок копирует поведение окружающих.
- У ребенка нет адекватных инструментов, чтобы утвердиться в коллективе.
- Ребенок испытывает стресс.
- Учитель сам инициирует травлю.

## Что делать Родителю?

- Ребенок копирует поведение окружающих.
- У ребенка нет адекватных инструментов, чтобы утвердиться в коллективе.
- Ребенок испытывает стресс.
- Учитель сам инициирует травлю.
- Не наказывайте ребенка, а спокойно обсудите случившееся (дайте ребенку понять, что вы в курсе ситуации, говорите спокойно и взвешенно, не называйте его самого «плохим»)
- Подумайте, что происходит в Вашей семье? Как можно улучшить ситуацию в семье. Может быть, зачинщик травли чего-то очень боится, и ему требуется пугать других, чтобы удерживать себя «на плаву» и чувствовать свою силу.
- Не бойтесь обсудить с другими родителями план действий. Именно такой подход может сплотить родителей.