



Фото из открытого источника:

https://img.7ya.ru/pub/img/25647/depositphotos_200417418_s-2019.jpg

Буллинг в школе: как помочь ребенку? Советы родителям

Буллинг в школе – это то явление, которое всегда присутствовало и, к сожалению и с большой долей вероятности, будет присутствовать и дальше в социальной жизни. Задача родителей – поддержать своего ребёнка, сделать всё возможное, чтобы изменить ситуацию.

Ребенок может замкнуться в себе и скрыть от родителей, что он подвергается ежедневной травле со стороны сверстников. Поэтому родителям следует обратить внимание на поведение своего ребенка: например, ребенок притворяется больным, чтобы избежать нахождения рядом с обидчиком, боится идти в школу, имеет пропуски занятий без уважительной причины, избегает неконтролируемой обстановки (обеденного перерыва, перемен, посадки и высадки из школьного автобуса), часто грустит и испытывает депрессию, снятся ночные кошмары, снизилась успеваемость, появилось желание носить с собой оружие. Также следует обратить внимание на возможные физические свидетельства травли: например, у ребенка стали пропадать вещи, деньги, появились синяки, порезы и ссадины непонятного происхождения, стал приходить в порванной, окровавленной или грязной одежде и при этом имеет ряд личных особенностей, например, таких как: небольшой рост, мало или совсем не имеет друзей, редко или никогда не получает приглашения на праздники, вечеринки, встречи других детей, стеснительный, не умеет за себя постоять, недостаточно развитые социальные навыки.

Если вы подозреваете или узнали, что ваш ребенок стал жертвой школьного буллинга и подвергается ежедневной травле, первое что необходимо сделать - это заявить о проблеме, озвучить её, назвать издевательства издевательствами. Тогда агрессоры и свидетели поймут, что это не прикольный междусобойчик, а постыдный поступок. Сделать это должен учитель или директор.

Но самое главное – помочь объекту травли. В первую очередь это должны сделать родители. Как это сделать?

Продемонстрируйте, что вы на стороне своего ребенка. Нельзя говорить ему, что это пройдёт, что он сам виноват, мол, не обращай внимания и пр. Ребёнок ищет у вас защиты и поддержки. Вы обязаны их предоставить.

Обратитесь к психологу. У ребёнка из-за травли неизбежно страдает самооценка, нарушается понимание о том, как нужно общаться с ровесниками в социуме. Нужна квалифицированная помощь психолога.

Поднимите самооценку ребёнку. Конечно, это нелёгкий процесс, комплексный, продолжительный. Но без этого невозможно будет вернуть подростка к нормальной жизни. Что можно сделать? Предложите хобби, спортивные секции. То есть то занятие, где он сможет увидеть собственную значимость.

Не ждите, что ситуация наладится без вашего вмешательства. Конечно, в какой-то момент агрессорам может надоесть издеваться над вашим ребёнком и они переключатся на другую жертву (*что тоже ужасно*). Но к этому времени проблема зайдёт уже слишком далеко, а детская самооценка опустится ниже нижнего предела.

Если буллинг – психологический либо физический – не прекращается, нужно действовать по-другому:

Обратитесь в дирекцию школы. Обязательно приложите к обращению письменное заявление. Перечислите все факты, свидетельствующие о буллинге, последствия подобных издевательств. Согласно законодательству, директор должен отреагировать на заявление в течение месяца.

Выдвигайте свои предложения. Возможно, у вас есть мнение, как можно решить проблему. Выдвигайте его, обсуждайте с психологами, педагогами.

Привлекайте людей со стороны – возможно, это будет специалист из частного учреждения. Обращайтесь в вышестоящие инстанции. Если школьная администрация не реагирует, напишите заявление в Гороно или Районо, Рособрнадзор, омбудсмену по правам ребёнка в вашем регионе. Чиновники должны реагировать на подобные обращения в течение месяца.

Вспомните об общественности. Если и это не помогает, то бейте во все колокола. Пишите посты в социальных сетях, обращайтесь за помощью к популярным информационным сайтам, газетам и каналам. Как вариант – обратитесь в организации, занимающиеся подобной проблемой.

Борьба с физическими издевательствами:

➡ Не пускайте ребёнка в школу, если он пришёл оттуда с серьёзными травмами.

➡ Обязательно обратитесь за медосвидетельствованием. Доктор снимет побои, даст справку. Это доказательства! В их качестве также могут выступить сообщения с угрозами, видеоролики с побоями.

➡ Обратитесь в полицию и прокуратуру.

➡ Напишите заявление на имя чиновника, отвечающего за образование в вашем городе или регионе.

➡ Обратитесь к общественности. Это могут быть некоммерческие организации, пресса, депутаты, омбудсмен.

Если же ничего не помогает, сделайте выбор в пользу другой школы.

Подготовлено по материалам:

П. Кучегашева, директор научно-методического центра психолого-педагогического сопровождения ГАУ ДПО «ВГАПО», источник: <https://zen.yandex.ru/media/id/5a253cfc3dcebcfb17fdbcbb/bulling-v-shkole-v-chem-prichiny-i-kak-pomoch-5e06d452c31e4900ae9b641e>

5a253cfc3dcebcfb17fdbcbb/bulling-v-shkole-v-chem-prichiny-i-kak-pomoch-5e06d452c31e4900ae9b641e

Н. Плотникова, детский психолог, источник: <https://kroha.info/razvitie/psychology/bulling-v-shkole>

Н. Сускина, психолог, источник: <https://findmykids.org/blog/ru/bulling-v-shkole>

Р. Беседа, детский психолог, источник: <https://www.kp.ru/putevoditel/sovety-dlya-roditelej/bulling-v-shkole/>

