

Является ли ваш ребенок жертвой травли?

Вот несколько тревожных признаков:

- теряет интерес к школе, отказывается ходить в школу
- выбирает другой путь до школы
- кажется счастливым в выходные, а в будни нет
- неожиданно предпочитает проводить время в компании взрослых
- часто болеет, мучается бессонницей или ночными кошмарами
- приходит домой и не может объяснить свои царапины и синяки
- кажется замкнутым, одиноким, тревожным или боязливым и не говорит в чем дело, что не так
- появляются такие изменения в поведении как ночное недержание мочи, нервные тики, потеря аппетита, заикание
- хочет иметь защиту
- имеет мало друзей или их нет совсем
- начал «травить» других; агрессивен, протестует, неразумно ведет себя
- начинает испытывать интерес к жестоким фильмам и играм
- говорит, что к нему пристают, придираются или избегает конкретных мест в школе
- говорит о том, что сбежит или совершит суицид

Звони на телефон доверия:
8-800-2000-122, 8-800-347-5000
Бесплатно с любого номера,
тебя услышат и поймут

Как верно поступить?

- **Сохраняйте спокойствие.** Демонстрируйте уверенность, что вы, ваш ребенок и школа способны работать вместе для того, чтобы разрешить ситуацию.
- **Разберитесь, что случилось и восстановите последовательность событий.** Задавайте вопросы и верьте тому, что ваш ребенок говорит вам.
- **Как можно скорее свяжитесь с учителем вашего ребенка.** Попросите о личной встрече. Поговорите о том, что может сделать учитель, школа, ваш ребенок и вы, чтобы остановить травлю.
- **Помогите вашему ребенку научиться быть устойчивым к травле.**
Помогите вашему ребенку развить навыки дружбы, а также научиться ходить прямо и уверенно, вместо того, чтобы сутулиться и боязливо озираясь: язык тела имеет большое значение.

Вместе с учителем вы можете сделать следующее

- **Назвать явление.** Когда ребенка намеренно доводят до слез, согласованно и систематически дразнят, когда портят его вещи, – это называется ТРАВЛЯ. НАСИЛИЕ. Пока это явление не названо, все будут делать вид, что ничего особенного не происходит. Поэтому взрослый должен назвать это явление группе.
- **Обозначить травлю как проблему группы.** Не надо спорить о фактах, выяснять, кто именно травит. Обвинения ни к чему не приведут. Нужно обозначить травлю как болезнь ГРУППЫ. Так и сказать: есть болезни, которые поражают не людей, а группы, классы, компании. Если группа не следит за чистотой отношений, она может заболеть – насилием.

Звони на телефон доверия:
8-800-2000-122, 8-800-347-5000
Бесплатно с любого номера,
тебя услышат и поймут

Как не надо поступать?

- **Обещать сохранить травлю в секрете.** Крайне важно информировать об этом учителя, чтобы каждый мог работать вместе на то, чтобы остановить травлю.
- **Звонить родителям детей, которые травят вашего ребенка.**
Родители детей, которые травят других детей, часто занимают оборонительную позицию. Противостояние и конфликты с ними почти всегда только ухудшают ситуацию.
- **Поощрять вашего ребенка и настраивать его на то, чтобы он дал сдачи.**
Это подвергнет вашего ребенка опасности. Вместо этого, научите ребенка спокойно и уверенно говорить "нет", "оставь меня в покое". Научите ребенка использовать юмор: очень трудно притеснять человека, который не хочет принимать издевательства всерьез.
- **Обвинять ребенка за то, что его травят.**
Обвинение прерывает общение с ребенком, и он чувствует себя беспомощным. Четко объясните вашему ребенку, что он не сделал ничего такого, за что его можно было бы травить.

Звони на телефон доверия:
8-800-2000-122, 8-800-347-5000
Бесплатно с любого номера,
тебя услышат и поймут

