

Памятка для родителей

Профилактика буллинга

Травля – это не «школа жизни» и не «просто ссора». Если ваш ребёнок постоянно приходит из школы или секции в подавленном настроении, с синяками или ссадинами, если у него пропадают вещи или деньги, пропадает аппетит, ребенок не хочет идти с вами на контакт и рассказывать о том, что происходит, возможно, ваш ребёнок стал жертвой травли. И вы должны помочь справиться с этой ситуацией.

Жертвой буллинга может стать абсолютно любой человек. Буллинг – это «болезнь» группы, а не жертвы. Тем не менее, часто в качестве жертвы избирают тех, кто по какому-то параметру не похож на остальных – внешностью, характером, успеваемостью, материальным положением и т.д. Не обвиняйте ребёнка в том, что он пришёл «ябедничать», жаловаться – внимательно выслушайте и вместе продумайте план действий.

Что делать, если ваш ребёнок оказался в ситуации травли?

1. Поддержать ребёнка. Дать понять, что вы – «его» взрослый, вы не бросите в беде и обязательно поможете. Помните, что от буллинга не застрахован никто – не спешите обвинять ребенка в том, что он «сам спровоцировал» обидчиков или «вёл себя не так». Не пускайте ситуацию на самотёк – обычно ребёнку сложно в одиночку справиться с травлей.

2. Разговаривать. Обязательно поговорите с ребёнком, выясните, действительно ли он столкнулся с буллингом (повторяющиеся негативные действия) или же это просто ссора (ваш ребенок и обидчик выступают как равные участники конфликта, в целом готовы в ближайшее время примириться). Поговорите с классом, учителями, родителями, агрессором.

3. Просить помощи. Воспользуйтесь медиацией – пригласите школьного педагога, психолога, профессионального медиатора для решения ситуации травли.

Напишите заявление на имя директора с просьбой принять меры. Если это не помогает, обратитесь в полицию, комиссию по делам

несовершеннолетних (КДН). Защищайте ребенка всеми законными способами.

4. Собирайте доказательства и решайте проблему. Записывайте на диктофон беседы, снимайте на телефон, делайте фото испорченных вещей, скриншоты переписок с обидчиком: все это может стать доказательной базой при подаче заявления. В травмпункте вы можете зафиксировать синяки и травмы, а психолог может определить моральный вред и психологическое состояние ребенка, дать заключение. Не молчите, привлекайте внимание общественности.

Бывает, что инициатором буллинга может стать учитель – неосторожно брошенной фразой, которую потом подхватывают дети, или же осознанно. В таком случае необходимо сначала подробно расспросить ребёнка о происходящем, затем обратиться за комментарием к самому педагогу, и после этого принимать меры по разрешению ситуации буллинга.

Исследования показывают, что травля может оказать значительное влияние на жизнь ребёнка в его взрослой жизни. И это касается не только жертвы буллинга. Агрессор и свидетели также получают травмирующий опыт: агрессор будет долго вспоминать, как причинял боль, а наблюдатели – как молчали и ничего не предпринимали.

Травля – это коллективное насилие, издевательства над личностью. Жизненно важно, чтобы в школах и других учреждениях было общее определение травли: чтобы его понимали и признавали учащиеся, педагоги, сотрудники, родители. Травля – это не норма.