

# Что делать родителям, если ребёнок подвергается буллингу в школе



Если травля происходит в школе, то первое, что необходимо сделать родителям — начать сотрудничать с классным руководителем. Очень важно, чтобы родители и ребёнок не оставались наедине с этой проблемой, ведь без помощи классного руководителя им придётся самим разговаривать и выяснять отношения с родителями детей, которые причиняют вред их ребёнку, а это почти всегда заканчивается конфликтом во взрослой среде. Ведь каждый родитель считает, что его ребёнок самый лучший и добрый и он никогда не причинит никому зла.

## Кто больше всего подвержен травле

Чаще всего насмешкам и издевательствам со стороны сверстников подвержены дети со слабой социализацией и низким эмоциональным интеллектом: они не знают, как подавать себя в обществе и какой реакции от них ждут люди. Иногда они даже не понимают, что над ними смеются, так как не всегда способны отличить обычную шутку от злой.

Дети с низкой социализацией часто довольно слабовольны и стараются понравиться окружающим, поэтому ими так легко манипулировать

Такие дети часто не могут постоять за себя, так как у них не сформированы собственные границы.

Дело в том, что мнение о себе такой ребёнок формирует исходя из представления о нём окружающих, и если мнение отрицательное, то и он себя ни во что не ставит.

Часто такой стиль поведения формируется у ребёнка, воспитанного в авторитарной семье, где его мнение не учитывается, а любой поступок подвергается критике. Впрочем, это совсем другая история.

## Эффект «белой вороны»

Основным стимулом для буллинга является то, что ребёнок не такой, как все. Примеров может быть масса: мальчик-ботаник в классе хулиганов или ребёнок, отличающийся цветом кожи от остальных одноклассников.

Но есть и более редкие примеры, в которых эффект «белой вороны» также будет работать. Например, если в класс отличников-олимпиадников придёт двоечник-хулиган, до запирааний в туалете и наклеиваний табличек «Пни меня» на спину может и не дойдёт, но класс сделает всё возможное, чтобы показать, что этот ребёнок чужак и ему здесь не место.

В любом коллективе есть лидер, ведомые и изгой. И это закон социума, от которого никуда не деться

Другой вопрос, комфортно ли участникам коллектива в своих ипостасях, какие цели лидер ставит перед собой и куда направляет коллектив.

Чтобы искоренить буллинг из любого коллектива, совершенно не нужно делить людей на хороших и плохих, на добрых и злых. Наклеивание ярлыков не даст никакого эффекта. Нужно лишь понимать законы социума и создать физически и психологически безопасную среду для ребёнка, которого травят.

Но для этого нужно работать не только с теми, кто травит, но и с тем, кого травят. Ведь если при переходе из одной некомфортной среды в другую (другая школа, колледж, институт) ребёнок не попытается в себе что-то изменить и не отрефлектировать свои действия, высока вероятность, что его снова начнут травить.



## Что делать родителю, который столкнулся с травлей своего ребёнка

**1. Главное — спокойствие.** Когда ребёнок поделится с вами тем, что его травят в школе — не включайте эмоции. Важно спокойно выслушать и при этом не бегать по квартире кругами, посыпая голову пеплом. В противном случае ребёнку, во-первых, передастся ваша тревога, а во-вторых, это будет для него сигналом, что в таком состоянии вы ещё больше наломаете дров и в следующий раз предпочтёт не обращаться к вам за помощью.

**2. Постарайтесь выяснить причину травли.** В разговоре с ребёнком спросите, что, как он думает, является причиной плохого отношения к нему сверстников. Внимательно выслушайте ребёнка: ему плохо и он пришёл к вам для того, чтобы выговориться.

**3. Спросите у ребёнка, какие его действия послужили причиной травл.** Возможно, у большинства родителей этот пункт вызовет шок — «Какие ещё его действия? Моего ребёнка травят — он жертва!». Безусловно, это так, но этот вопрос нужно задать, чтобы ребёнок смог проанализировать свои действия и понять, что из его проявлений послужило причиной травли. Это поможет ему разобраться, может ли он самостоятельно повлиять на ситуацию в дальнейшем. Если дети травят ребёнка из-за лишнего веса, дефектов речи, слабого зрения, медлительности или других физиологических проявлений, то на это он никак повлиять не может. Но если он, например, жалуется на хулиганов учительнице, навязчив в общении с одноклассниками или приходит в школу в грязной, плохо пахнущей одежде, то это изменить в его силах.

### **Важно!**

**Ничто не может оправдать травлю другого человека!!! Но так как ребёнок живёт в социуме, ему и родителям важно понимать, что ИМЕННО ОН может изменить, чтобы ЕМУ было комфортнее.**

Если вы всё же не посчитаете важным поговорить об этом с вашим ребёнком, то будьте готовы к тому, что с приходом в новый социум ситуация с травлей может повториться.

**4. Немедленно сообщите о травле классному руководителю и всё общение с родителями и другими детьми в дальнейшем осуществляйте через нег.** Сообщите классному руководителю о проблеме и встретьтесь с ним вместе с ребёнком. После этого ждите реакции от классного руководителя. Можете попросить о встрече вместе с директором или завучем. Это даст вам возможность узнать, какие последуют административные действия в сложившейся ситуации.

**5. Обратитесь за помощью к школьному психологу.** Ситуация травли сложная не только для ребёнка, но и для родителя, поэтому оба нуждаются в поддержке специалиста. Кроме того, зная о вашей проблеме, психолог также будет работать с одноклассниками ребёнка и их родителями.

### **6. Каждый день интересуйтесь об изменении ситуации**

Так же спокойно, без эмоций, спрашивайте у ребёнка, как прошёл его день в школе.

- Происходило ли что-то неприятное?
- Что хорошего произошло?
- Комфортно ли ему было сегодня?
- Что он сделал для того, чтобы сегодняшний день был лучше вчерашнего?

Не забывайте поддерживать связь с классным руководителем. Это можно сделать, задавая ему ровно те же вопросы. Безусловно, в этом случае необходимо соблюдать субординацию.

## Чего делать не стоит

**1. Не пытайтесь выяснять отношения с одноклассниками и их родителями.** Каждый будет защищать своего ребёнка и говорить, что «Мой никогда так сделать не мог». Более того, такими действиями вы подвергаете своего ребёнка ещё большей опасности, ведь его сверстники обязательно узнают, что вы звонили их родителям и обвинят вашего ребёнка в «стукачестве».

Ну а если вы напрямую обратитесь с претензиями к одноклассникам, то тогда уже их родители будут негодовать на полном основании.

**2. Не делайте скоропостижных выводов.** В разговоре с вашим ребёнком не обвиняйте его ни в чём и не обсуждайте при нём его одноклассников. Ваша задача — лишь получить наиболее объективную картинку происходящего и помочь ребёнку поскорее выйти из сложившейся ситуации. Наклеивание ярлыков — это не что иное, как проявление ваших негативных эмоций.

**3. Не давайте советов школе, как поступить с одноклассниками вашего ребёнка.** Постарайтесь довериться классному руководителю и администрации. Конечно, вы лучше знаете, как нужно поступить в этой ситуации, но это так или иначе не находится в зоне вашей ответственности. Выслушайте предложения педагогического коллектива, задайте уточняющие вопросы, примите к сведению действия, которые нужно совершить вам и вашему ребёнку и делайте то, что находится в зоне вашей ответственности.

Здесь важно сотрудничать со школой, а не вступать с ней в конфронтацию. Если коллектив школы действует в рамках закона и этики, то позвольте им делать свою работу.

## Что нужно делать, чтобы ваш ребёнок не стал жертвой буллинга

**1. Учите его общаться.** Развивать навыки общения помогает разнородная среда. Достаточно ли у вашего ребёнка мест, где он может реализовать свою потребность в общении? Всему этому способствуют разнообразные кружки, как в школе, так и за её пределами, путешествия, походы в театр, музеи, поездки в детские лагеря. Общению способствует совместная деятельность. Чем деятельность разнообразнее, тем больше опыта взаимодействия с разными людьми ребёнок получает.

**2. Будьте вашему ребёнку другом.** У авторитарных родителей дети чаще всего становятся жертвой травли. Так происходит потому, что такие родители учат своих детей не иметь собственного мнения и беспрекословно подчиняться силе. Родители, которые позволяют ребёнку самостоятельно принимать решения и ошибаться, могут быть уверены, что у их ребёнка будет формироваться собственное мнение как о своих поступках, так и поступках окружающих, и он придёт к ним за советом в непонятной для него ситуации.

**3. Обращайте внимание на настроение ребёнка.** Если ваш ребёнок приходит домой после школы или секции в подавленном настроении, аккуратно поинтересуйтесь, не нужна ли ему помощь, но не навязывайтесь. Если такие ситуации будут повторяться, то можете позвонить классному руководителю или тренеру и спросить, всё ли в порядке.

**4. Обращайте внимание на самочувствие ребёнка.** Частое плохое самочувствие может быть сигналом психосоматического расстройства, когда негативные эмоции и чувства влияют на физическое состояние. В этом случае вам нужно совершить все те же действия, что и в предыдущем пункте.

**5. Обращайте внимание на финансовое состояние ребёнка**

Если ваш ребёнок просит вас дать ему крупную сумму денег или ему постоянно на что-то не хватает — это повод поговорить с ним о вашей обеспокоенности.

*по материалам интернет портала «МЕЛ»*