

Как разговаривать с ребенком о буллинге?



Советы для родителей



Педагог-психолог: Лукина Д.Ю.

Понимание основ

Около 150 миллионов детей в возрасте 13-15, то есть половина учащихся во всем мире, сообщают, что они сталкиваются с насилием со стороны сверстников в школе. Каждый десятый ребенок испытывает это насилие ежедневно или еженедельно.

Буллинг стал частью жизни детей по всему миру. Сообщества и государства все больше начинают обращать внимание на проблему.

К сожалению, детская жестокость бывает на редкость изощренной и страшной. Справляться с ней нужно именно со взрослыми.

Знаем ли мы что такое буллинг?

Буллинг – это целенаправленное нанесение вреда другому ребенку; действие, которое повторяется регулярно, и подразумевает наличие неравенства сил, что не позволяет жертве прекратить насилие по отношению к себе.

Буллинг может быть везде и в любое время: в повседневной жизни, в переписках, или социальных сетях. Он не только мешает ребенку сосредоточиться на учебе, но и может стать причиной длительной психологической травмы.

Буллинг не должен восприниматься несерьезно. Сегодня, к сожалению, буллинг в некоторых школах стал частью повседневной жизни, но так не должно быть. Это нужно прекратить!

Почему я должен(-на) вмешиваться, если мой ребенок стал жертвой буллинга?

Запугивание может иметь пагубные и долгосрочные последствия для детей. Помимо физических последствий, дети могут испытывать эмоциональные и психические проблемы со здоровьем, включая депрессию и беспокойство, которые могут привести к снижению успеваемости в школе.

В отличие от буллинга в повседневной жизни, кибербуллинг может достать жертву в любом месте, в любой момент. Последствия кибербуллинга могут быть опаснее, так как аудитория воздействия гораздо шире.

Ваш ребенок имеет право на безопасную школьную среду. Конвенция о правах ребенка гласит, что все дети имеют право на образование и защиту от всех форм физического или психического насилия, нанесения телесных повреждений или жестокого обращения. Буллинг не является исключением.

Начните с профилактики -Как я могу предотвратить буллинг в школе моего ребенка?

Если вы знаете, что ваш ребенок подвергается буллингу, вы можете предпринять следующие меры:

1. Слушайте своего ребенка открыто и спокойно. Сделайте всё, чтоб они почувствовали внимание и поддержку, вместо того, чтобы пытаться найти причину издевательств или попытаться решить проблему. Убедитесь, что они знают, что это не их вина.

2. Скажите ребенку, что вы верите ей/ему; что вы рады их откровению; что это не их вина; что вы будете делать все возможное, чтобы оказать помощь.

3. Поговорите с психологом, учителем или школой. Вы и ваш ребенок не должны переживать буллинг в одиночку. Спросите, есть ли в вашей школе политика по предотвращению буллинга или кодекс поведения. Это может применяться как для буллинга в повседневной жизни, так и в Интернете.

4. Проявите поддержку. Для вашего ребенка наличие поддерживающих родителей имеет важное значение для борьбы с последствиями буллинга. Убедитесь, что они могут поговорить с вами в любое время, и заверьте их, что всё обязательно станет лучше.

Что делать, если мой ребенок издевается над другими?

Если вы думаете или знаете, что ваш ребенок издевается над другими детьми, важно помнить, что это не естественное для них поведение. Могут быть различные предлоги, подталкивающие их к этому.

Дети, которые запугивают других, часто просто хотят стать частью коллектива, нуждаются во внимании или просто впервые переживают определенные сложные эмоции. В некоторых случаях хулиганы сами являются жертвами или свидетелями насилия дома или в своем коллективе. Есть несколько шагов, которые вы должны предпринять, чтобы помочь вашему ребенку остановить данные действия:

1.

Общайтесь с ней/ним. Узнав о том, почему ваш ребенок так себя ведет, вам будет легче найти способы им помочь.

Чувствуют ли они себя в безопасности в школе?

Они ссорятся с другом или братом?

Если у них возникли проблемы с объяснением своего поведения, вы можете проконсультироваться с ответственным работником школы или детским психологом.



Поразмышляйте вместе о здоровых способах преодоления причин.

2.

Попросите ребенка объяснить ситуацию, которая их разочаровала, и постарайтесь предложить конструктивные способы реагирования.

Используйте это упражнение для мозгового штурма возможных будущих сценариев и путей позитивного реагирования.

Предложите своему ребенка "поставить себя на их место", представляя опыт человека, который подвергся буллингу. Напомните ребенку, что комментарии, сделанные в Интернете также могут задеть чувства другого человека.



3.

Взгляните на себя. Дети, которые издеваются над другими часто проецирует свой опыт дома. Подвергаются ли они физическому или эмоциональному вредному поведению от вас или другого «воспитателя»?

Посмотрите внутрь и подумайте о том, как вы выглядите в глазах вашего ребенка.

Часто буллером становится тот, кто в семье является жертвой и терпит издевательства от старших. Агрессорами могут стать подростки-одиночки, обделенные вниманием со стороны взрослых. Ребенок чувствует себя никому не нужным, накапливаются обида и злость, которые он потом вымещает на других детях



4.

Дайте возможность загладить свою вину. Если вы обнаружили, что ваш ребенок подвергает кого-то буллингу, важно призвать их к адекватным, ненасильственным последствиям.

Например, ограничить их занятия, особенно те, **которые поощряют буллинг** (встречи с друзьями, время перед экраном, в социальных сетях).

Поощряйте принесение извинений своим сверстникам и найдите способы сделать их более доброжелательными и уважительными к окружающим.



Какая существует **юридическая ответственность** за издевательства подростка над своим сверстником. Понятно, что с 16 лет перед законом придется отвечать по-взрослому.

Часто агрессорами становятся те, кому 14 и меньше. С 14 лет наступает личная ответственность подростка лишь по некоторым пунктам Уголовного кодекса.

А вот когда ребенку еще не исполнилось 14 лет, то всю ответственность за **действия детей несут родители.**

Если отец и мать булли явно **не справляются со своими обязанностями**, их можно привлечь по статье 5.35 «**Неисполнение родителями или иными законными представителями несовершеннолетних обязанностей по содержанию и воспитанию несовершеннолетних**».