

**Профилактика вовлечения ребенка в травлю («буллинг»)**

*Рекомендации родителям*

Травля детей сверстниками («буллинг») – одна из наиболее распространенных проблем в школах и детских коллективах, которая существенно увеличивает риск суицида среди подростков, приводит к эскалации агрессии и насилия в группе и в школе, снижению успеваемости, эмоциональным и невротическим проблемам.

Многочисленные исследования доказывают, что травля имеет очень тяжелые последствия для становления личности и дальнейшей судьбы всех участников этой ситуации – и буллеров (преследователей), и жертв, и зрителей.

**Как догадаться, что ребенок может быть буллером (преследователем)?**

*Вот сигналы, на которые следует обратить внимание.*

* Ваш ребенок: вспыльчив, неуравновешен (дерётся, обзывается, ябедничает, кусается).
* Приносит домой дорогие безделушки, имеет собственные деньги, не объясняя причину их появления.
* Группируется со старшими подростками.
* Проявляет жестокие наклонности.
* В мгновение ока переходит от довольства к злобе.
* В игре навязывает друзьям свои правила.
* Злопамятен на мелкие обиды, вместо того, чтобы забывать их.
* Игнорирует указания и легко раздражается.
* Ведет себя так, будто ищет повод к ссоре.
* Не уважает родителей или не считается с ними, особенно с мамами.

**Как догадаться, что ребенок – жертва травли?**

***Вот сигналы, на которые следует обратить внимание.***

* Ваш ребенок: - не приводит домой кого-либо из одноклассников или сверстников и постоянно проводит свободное время дома в полном одиночестве.
* Не имеет близких приятелей, с которыми проводят досуг (спорт, компьютерные игры, музыка, долгие беседы по телефону).
* Одноклассники редко приглашают его на дни рождения, праздники, или он сам никого не приглашает к себе, потому что боится, что никто не придёт.
* По утрам часто жалуется на головные боли, расстройство в желудке или придумывает какие-либо причины, чтобы не идти в школу;  
  - задумчив, замкнут, ест без аппетита, неспокойно спит, плачет или кричит во сне.
* У него наблюдается пессимистичное настроение, может говорить о том, что боится ходить в школу или покончит жизнь самоубийством.
* В его поведении просматриваются резкие перемены в настроении.
* Злость, обиду, раздражение вымещает на родителях, родственниках, более слабых объектах (младшие братья и сестры, домашние животные).
* Выпрашивает или тайно берет деньги, внятно не объясняя причину своего проступка (особую тревогу стоит проявлять в том случае, когда исчезают крупные суммы денег, дорогие вещи, украшения – деньги могут быть использованы на откуп от вымогателей, покупку алкоголя, наркотиков).
* Приходит домой с мелкими ссадинами, ушибами, его вещи выглядят так, словно кто-то ими вытирал пол; книги, тетради, школьная сумка находятся в аварийном состоянии.
* Выбирает нестандартную дорогу в школу.

***Будьте внимательны к своему ребенку, стремитесь к доверительным отношениям с ним, поддерживайте его в трудных ситуациях, обращайтесь за помощью к педагогам, психологам и руководителям школы!***

Телефон: 225-26-94

Педагог-психолог