простую мысль: если травля не прекратится, вы вынуждены будете поднять этот вопрос на встрече с администрацией или правоохранительными органами (если травля включает порчу имущества и/или физический компонент) и придать проблеме гласность.

• **ИНТЕРЕСУЙТЕСЬ ОБ ИЗМЕНЕНИИ СИТУАЦИИ В ШКОЛЕ У УЧИТЕЛЯ НЕ РЕЖЕ РАЗА В НЕДЕЛЮ** (на первых порах можно чаще). У ребенка можно спрашивать и ежедневно о том,

Как прошел 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? Поддерживайте ребенка и проявляйте свою заинтересованность к динамике изменений разрешения конфликта и в целом к школьной жизни.

• **ПОМОГИТЕ ВАШЕМУ РЕБЕНКУ БЫТЬ** **УСТОЙЧИВЫМ** **К** **ТРАВЛЕ.** Развивайте у ребенка навыки общения, дружбы. Чем деятельность и среда разнообразнее, тем больше опыта взаимодействия с разными людьми ребенок получает. Способствуйте повышению уверенности у ребенка.



*Вашему вниманию пословицы о дружбе*

Доброе братство дороже богатства.

Добрый друг лучше ста родственников.

Друг — ценный клад, недругу никто не рад.

Друг денег дороже.

Друг познается в беде.

Друга за деньги не купишь.

Друга ищи, а найдешь — береги.

Дружба – не гриб, в лесу не найдешь.

Птица сильна крыльями, а человек дружбой.

Дружба крепка не лестью, а правдой и честью.

Легче друга потерять, чем найти.

Дорожи дружбой товарища.

Веника не сломишь, а по прутику весь переломаешь.

Человек без друга — что дерево без корней.

Учись доброте — худое не вспомнишь.

Кто добро творит, тому бог отплатит.

Добро творить — себя веселить.

Доброе дело питает и душу и тело.

Каково аукнешь, таково и откликнется.

Доброе слово лучше мягкого пирога.

Память людская милосердна и стирает лишнее.

Сострадание — начало человеколюбия.

*ПАМЯТКА*

*ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ*

С

***ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ УЗНАЛИ, ЧТО ВАШ РЕБЕНОК ПОДВЕРГАЕТСЯ ТРАВЛЕ?*****

1. Не забывайте, что ничто не оправдывает издевательства!

2. Ребенок, ставший жертвой издевательств, может быть не готов обсуждать это.

3. Не пытайтесь сделать события менее значимыми или использовать иронию; не предлагайте быстрые решения и не обвиняйте никого.

4. Только сам ребенок может оценить, чувствует ли он себя хорошо и безопасно или чувствует угрозу от чьего-то поведения.

5. Не только школа и учителя несут ответственность за случаи издевательств.

6. Поймите страх вашего ребенка перед издевательствами.

7. Каждый человек имеет право и обязан немедленно прекратить травлю.

8. Рассмотрите возможность того, что ваш ребенок не сказал учителю о том, что его травят, что он не может рассказать вам все или что он может исказить некоторые детали

9. Как родитель, вы не можете требовать, чтобы ваш ребенок был популярен в своем классе, но вы имеете право предполагать, что, когда ваш ребенок относится к другим с уважением, к нему относятся с уважением в ответ.

***ЧТО ВЫ ДОЛЖНЫ СДЕЛАТЬ?***

Если вы заметили признаки в поведении ребенка, по которым можно предположить, что он стал жертвой буллинга (уходы из школы, страх школы, отсутствие друзей, гнев против всех и вся, признаки физического насилия и т. д.)

**1. СОХРАНЯЙТЕ СПОКОЙСТВИЕ И ПОДУМАЙТЕ, КАК БЫ ВЫ МОГЛИ ОБСУДИТЬ** **ЭТОТ** **ВОПРОС** **С РЕБЕНКОМ**. Вы как родитель подаете пример своему ребенку своим поведением. Хотя это может быть трудно для вас, постарайтесь сохранить спокойствие, действия на эмоциях может привести вас к принятию решений, о которых вы позже будете сожалеть.

**2. ПОГОВОРИТЕ С РЕБЕНКОМ И РАССКАЖИТЕ** **ЕМУ,** **ЧТО** **ВЫ ЗАМЕТИЛИ, ЧТО У НЕГО ПРОБЛЕМЫ** Скажите ему, что вы беспокоитесь и хотите помочь. Поддержите своего ребенка и будьте человеком, которому он может безоговорочно доверять.

**3.** **ПООБЕЩАЙТЕ** **СВОЕМУ РЕБЕНКУ, ЧТО** **ВЫ** **НЕ БУДЕТЕ СЕРДИТЬСЯ НА** **НЕГО, ЕСЛИ** **ОН РАССКАЖЕТ ВАМ ВСЕ**. Когда ребенок говорит о сложных вещах, он должен знать, что родители поддержат его, несмотря ни на что.

**4.** **ОБСУДИТЕ** **СЛЕДУЮЩИЕ ШАГИ, КОТОРЫЕ НЕОБХОДИМО ПРЕДПРИНЯТЬ, ЧТОБЫ ОСТАНОВИТЬ ТРАВЛЮ.** Прежде чем идти к кому-либо и раскрыть все подробности буллинга, обсудите это со своим ребенком. Он должен быть уверен, что вы не предпримете никаких шагов за их спиной для решения этого вопроса.

**5. СВЯЖИТЕСЬ СО ШКОЛОЙ И СПРОСИТЕ,** **ЧТО** **ВЫ** **МОГЛИ** **БЫ СДЕЛАТЬ ВМЕСТЕ, ЧТОБЫ ОСТАНОВИТЬ БУЛЛИНГ**. Травлю можно прекратить, если все взрослые работают вместе и каждый из них вносит свой вклад.

**6. ОЦЕНИТЕ СВОИ ЗНАНИЯ И НАВЫКИ,** **ЧТОБЫ** **СПРАВИТЬСЯ** **С СИТУАЦИЕЙ.** Вы в состоянии разрешить ситуацию самостоятельно, или вам нужна помощь? При необходимости найдите кого-нибудь, кто может вам помочь (например, психолог в школе или в консультационном центре).

***ЧТО ЕЩЕ НУЖНО СДЕЛАТЬ:***

**• ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ К ШКОЛЬНОМУ** **ПСИХОЛОГУ.** Иногда ситуация травли оказывается морально и эмоционально сложной не только для ребенка, но и для родителя, поэтому не стоит пренебрегать помощью специалиста.

**•** **ЕСЛИ** **ТРАВЛЯ** **НЕ ПРЕКРАЩАЕТСЯ, ПРИ ПОСРЕДНИЧЕСТВЕ** **УЧИТЕЛЯ (НЕ САМОСТОЯТЕЛЬНО) НУЖНО СВЯЗАТЬСЯ С РОДИТЕЛЯМИ ОБИДЧИКА И ПОГОВОРИТЬ С НИМИ.** Вам надо донести до обидчика и его родителей