



РОЛЬ СЕМЬИ В ПРЕДОТВРАЩЕНИИ БУЛЛИНГА

Рекомендации и советы родителям

Развивайте у ребенка навыки общения и эмоционального интеллекта.

Обучайте бесконфликтному поведению при решении возникающих разногласий, недоразумений, споров и т. д.



Объясняйте необходимость уважения чужих личных границ и защиты собственных.

Развивайте способность ребенка выражать и проявлять эмоции.

Учите говорить о своих мыслях, чувствах и переживаниях.

Формируйте навыки эмпатии.

Показывайте личным примером, как правильно относиться к окружающим людям.

Учите на собственном примере, как можно и нужно мирно решать проблемы, избегая конфликтов.



КАК РАЗГОВАРИВАТЬ С РЕБЕНКОМ О БУЛЛИНГЕ?

Разговор о буллинге может быть сложным, но крайне важным для безопасности ребенка и формирования у него здорового отношения к конфликтным ситуациям.

*Советы для родителей и педагогов
для доверительного и конструктивного диалога с детьми*



Для общения с детьми необходимо создать атмосферу открытости, взаимного доверия, доброжелательности и непринужденности.

При разговоре с ребенком будьте предельно внимательны.

Дайте понять, что вы готовы слушать его без осуждения и критики.

Выбирайте для общения подходящее время и место.

Разговаривайте в спокойной обстановке, чтобы ребенок не был напряжен, чувствовал себя расслабленно и комфортно.



Подчеркните важность доверия.

Убедите ребенка, что он может рассказать вам все, и вы его обязательно поддержите.



РОЛЬ СЕМЬИ В ПРЕДОТВРАЩЕНИИ БУЛЛИНГА

Рекомендации и советы родителям

Семья играет ключевую роль в формировании у детей эмоциональной устойчивости, уверенности в себе и навыков общения. Эти качества помогают противостоять буллингу или избегать его.



Создайте в семье и доме открытую и доверительную атмосферу.

Слушайте ребенка. Регулярно интересуйтесь его настроением, событиями в школе и отношениями с одноклассниками.

Не осуждайте. Позвольте ребенку делиться своими переживаниями без страха критики или наказания.

Обсуждайте все возникающие проблемы.

Беседуйте с детьми о буллинге, объясняйте, что это такое, и почему это неприемлемо.

Формируйте здоровую самооценку.

Хвалите ребенка за достижения.

Подчеркивайте его сильные стороны и поощряйте успехи.

Помогайте справляться с неудачами.

Учите относиться к ошибкам как к возможностям для развития и роста, а не как к поводам для расстройства и переживаний.

Не сравнивайте ребенка с другими детьми.

Поддерживайте и поощряйте его индивидуальность, чтобы он чувствовал себя значимым, важным и ценным.



РОЛЬ СЕМЬИ В ПРЕДОТВРАЩЕНИИ БУЛЛИНГА

Рекомендации и советы родителям

Внимательно следите за состоянием и поведением ребенка.

Обращайте внимание на тревожные сигналы. Нервозность, неуравновешенность, замкнутость, ухудшение учебной успеваемости или нежелание идти в школу могут указывать на наличие серьезных проблем.

Принимайте немедленные меры при малейших изменениях в привычном образе жизни.

Учите ребенка правильно защищаться от буллинга.

Объясните, как реагировать: не показывать обидчикам, что их действия задевают, не отвечать агрессией на агрессию, не вступать в противостояние, не пытаться самостоятельно, в одиночку выяснять отношения.



Обязательно поставить в известность о факте травли взрослых.

Не стесняться обращаться за помощью.

Помогите ребенку понять, что недопустимо терпеть любую форму насилия: физическое, эмоциональное, психологическое, моральное.

Убедите ребенка, что он ни в коем случае не должен считать себя виноватым в происходящем.

Объясните, что обращение за помощью – это не проявление слабости или трусости, а жизненно важная необходимость.