Информация о буклете: название «Скажем буллингу: «Нет!»» для учащихся 1-11 классов и их родителей. Буклет может складываться в «гармошку».

Лицевая сторона буклета:



Обратная сторона буклета:



Буклет для учеников и их родителей. МБОУ СОШ № 19

Оглянемся вокруг…

Практически в каждом классе есть ученики, которые по тем или иным причинах могут подвергаться нападкам или оскорблениями со стороны своих одноклассников. Школьная травля не является чем-то уходяще-приходящем. Насмешки, нападки, а иногда избиения могут длиться годами. Не понравиться в жертве может что угодно - внешний вид, темперамент, какая-то информация сомнительного характера и т.д.

Термин «буллинг» в переводе с английского означает хулиганство.

Буллинг — это форма жестокого обращения, при которой физически и психически сильный индивид (или группа) получает удовольствие, насмехаясь, издеваясь и унижая более слабого.

Так же буллинг — это когда кого-то постоянно обижают, дразнят, оскорбляют; не здороваются, отказываются сидеть или стоять рядом, отнимают, портят вещи, толкают, бьют, унижают, угрожают.

Важно знать: жертвой может стать КАЖДЫЙ.

Если тебе намеренно сделала больно, отняли, спрятали или испортили твою вещь, унизили тебя, оскорбили, угрожают – это настоящее насилие, которое запрещено законом. Оно должно быть прекращено и помощь взрослых здесь необходима.

Как понять, что ребёнок стал жертвой буллинга?

Он не хочет ходить в школу.

Возвращается из школы подавленным.

Плачет без очевидной причины.

Одинок. Мало говорит о своей школьной жизни.

Его никто не приглашает в гости и сам он никого не приглашает.

Происходит нарушение сна и аппетита.

Что делать?

Нельзя это умалчивать. Если вы видите, что-то подобное, происходящее рядом, то необходимо обратиться к классному руководителю или к администрации школы.

Будьте опорой и защитой своему ребенку, уделите ему повышенное внимание и заботу.

Советы для родителей

Для того чтобы предотвратить попадание ребёнка в группу риска по школьному буллингу, посоветуйте ему:

* не хвастаться - ни своими успехами, ни успехами родителей, ни новыми гаджетами и т.д.;
* не зазнаваться;
* не задираться;
* не выделяться, если нет повода для этого;
* не показывать своё превосходство перед другими;
* не ябедничать;
* не плыть против течения школьного коллектива;
* не демонстрировать свою физическую силу;
* не взывать к чувству жалости окружающих в связи с заболеваниями или физическими дефектами;
* не пытаться всегда побеждать.

Результаты буллинга:

* Низкая самооценка
* Тревожность
* Гнев или агрессия
* Депрессия

Советы для учеников:

* найти общий язык с каждым учеником в классе;
* отыскать себе друга в классе, а лучше несколько друзей;
* приглашать одноклассников в гости;
* научиться уважать мнение своих одноклассников;
* научиться реагировать правильно и от тебя отстанут.

Как можно изменить ситуацию?

* Твердыми рамками и ограничениями неприемлемого поведения;
* Наличием взрослых, приглядывающих и контролирующих ситуацию.