

Российская Федерация
Муниципальное автономное
образовательное учреждение
«Основная школа № 7»
623300 Свердловская область
г. Красноуфимск, ул. Манчажская, 40
тел. 7-60-44

рассмотрено на педагогическом совете
от 31.05.2022 г. протокол № 11

Как предотвратить проявления буллинга?

1. Учите детей решать проблемы конструктивно, без агрессивности, хвалите их, когда у них это получается.
2. Спрашивайте у детей, как прошел их день в школе, внимательно выслушайте, что они говорят о своих одноклассниках и проблемах в школе.
3. Серьезно отнеситесь к буллингу. Большинство детей стесняются рассказывать, что их обижают. Возможно, у вас будет только один шанс на то, чтобы помочь ребенку.
4. Если вы видите, что кого-то обижают, обязательно вступитесь за него, даже если обидчиком является ваш ребенок.
5. Призывайте ребенка оказывать помощь тем, кто в ней нуждается.
6. Никого не обижайте сами. Если детей обижают дома, они будут вымещать злость на других. Если ваш ребенок видит, что вы обижаете кого-то другого, насмехаетесь над ним или сплетничаете о ком-то, он будет поступать так же.

Как вести себя, если ваш ребенок стал жертвой буллинга?

1. Расскажите классному руководителю и педагогам. Объясните им положение вещей: возможно, учителям известно гораздо больше, чем вам, и они помогут пролить свет на природу и характер конфликта.
2. Пообщайтесь с родителями обидчика. Чтобы не быть голословным, соберите доказательства травли: диктофонные записи реальных угроз и оскорблений, скриншоты, подтверждающие кибербуллинг, свидетельства одноклассников, друзей и т.д.
3. Помогите ребенку укреплять уже имеющиеся связи и строить новые, заводите друзей. Приглашайте в гости одноклассников ребенка, предлагайте сыну/дочери записаться в ту же секцию, что и его друзья — общие интересы сблизят их ещё больше и помогут найти новых знакомых.
4. Если есть реальная угроза жизни, здоровью или благополучию, то вместе со всеми собранными доказательствами нужно направиться к директору школы.

Главная защита от буллинга - это родительская любовь и внимание, доверительное общение, эмоциональный контакт, умение открыто обсуждать возникающие каждодневные трудности ребёнка.

Что делать учителям при обнаружении случая буллинга:

1. Следует с самого первого дня пресекать любые насмешки над неудачами одноклассников.
2. Если по каким-либо причинам репутация ребенка испорчена, нужно дать ему возможность показать себя в выгодном свете.
3. Помогают объединить класс совместные мероприятия, поездки, постановки спектаклей, выпуск стенгазет и т.д.
4. Необходимо дать возможность наиболее активным детям проявить себя и самоутвердиться за счет своих способностей, а не за счет унижения других.
5. Следует избегать высмеивания и сравнения ребят на уроках.
6. Разбор ошибок необходимо делать, не называя тех, кто их допустил, или индивидуально.
7. Поговорить с преследователями о том, почему они пристают к жертве, обратить их внимание на чувства жертвы.

Рекомендации классным руководителям, учителям, соц. педагогу, зам. директора по УВР по профилактике агрессивного поведения учащихся:

1. Заниматься профилактикой и коррекцией отклонений в эмоциональной сфере подростков.
2. Проводить классные часы, беседы по профилактике асоциального поведения школьников.
3. Развивать стрессоустойчивые качества личности обучающихся.
4. Формировать:
 - навыки оценки социальной ситуации и принятия ответственности за собственное поведение в ней;
 - навыки отстаивания своих границ и защиты своего персонального пространства;
 - навыки защиты своего Я, самоподдержки и взаимоподдержки;
 - навыки бесконфликтного и эффективного общения.

Что делать, если ты заметил буллинг?

1. Попросить о помощи кого-то из одноклассников, с кем у тебя хорошие отношения. Когда обидчик начнет унижать тебя или друга - заступиться всем вместе. Пока есть угроза, ходить по школе или по дороге домой вместе.

2. Не реагировать на клички. Не обращать внимания, как бы не слышать грубые слова (тогда обидчику станет скучно, и он перестанет обзывать). Но это помогает не всегда и только в начале.

3. Обратиться за поддержкой к друзьям.

4. Сказать учителю, психологу.

5. Сказать родителям.

6. Сказать учителю. Значит ли это быть ябедой? Нет, таковы школьные правила. Тем более, если силы неравные, ведь буллинг - это сильный против слабого или несколько против одного. Обидчик как раз и надеется на то, что тот, кого он обижает, побоится прослыть ябедой, и пользуется этим.

- Дать грубый отпор (словами).

И самое главное - никогда не оставайтесь один на один с проблемой. Обращайтесь к педагогам школы, психологу!

Можно обратиться по телефону доверия – 8 -800-2000-122.

Как не стать жертвой буллинга:

1. Отыскать себе друга среди одноклассников, а еще лучше несколько настоящих друзей.

2. Приглашать одноклассников в гости.

3. Научиться уважать мнение своих одноклассников, находить с ними общий язык.

4. Не пытаться всегда побеждать в своих спорах с ровесниками, научиться проигрывать и уступать, признавать свою неправоту.

5. Не задиаться, не зазнаваться.

6. Не показывать свое превосходство над другими.