

Виды буллинга

физическая агрессия (толкание, пихание, пинки и удары, может также приобретать форму жестокого физического насилия)

словесный буллинг (обидные имена (клички), намеки по поводу внешности, успеваемости, особенностях речи и т.д.)

запугивание (мимика и "взгляд" может выразить агрессию и/или неприязнь, используется агрессивный язык тела и интонации голоса)

изоляция (ребенок изолируется, изгоняется либо игнорируется частью класса или всем классом)

вымогательство (требуют деньги и угрожают, вымогаются завтраки/обеда, принуждают воровать у других)

повреждение имущества (могут быть повреждены, украдены или спрятаны одежда, учебники или другие личные вещи)

кибербуллинг (запугивание и издевательство с использованием интернета, мобильного телефона)

Помните о том, что буллинг может принимать самые разные формы. Если вы не видите ссадин или синяков, это не означает, что ваш ребенок не подвергался травле и унижениям. Не позволяйте ему тихо страдать в одиночестве. Самое главное – это вовремя заметить опасную ситуацию, поскольку многие дети боятся мести со стороны обидчиков и тщательно скрывают факт издевательств над ними.

Родителям нужно не терять эмоциональный контакт с ребёнком. Они должны погружаться в его проблемы, быть ему другом, а не разговаривать с ним менторским тоном, читать нравоучения. Надо максимально стараться интересоваться делами и вкусами ребёнка. Даже если вы не любите, например, музыку, которую слушает ребёнок, не надо отрицать её. Попробуйте понять, почему ребёнку это интересно, почему от этим увлекается.



Детский буллинг

Дети, которые подвергаются травле в школе или в кругу сверстников, постоянно пребывают в состоянии напряжения, тревожности и даже депрессии, что запросто может закончиться огромными проблемами с психическим здоровьем.

В дальнейшем такие травмы обычно переносятся и во взрослую жизнь, что никак не способствует гармоничному росту и развитию личности. Как это может предотвратить любой родитель? Прежде всего, ему необходимо уметь распознавать даже самые ранние сигналы о буллинге по отношению к его ребенку.

Признаки того, что ваш ребенок подвергается буллингу

Об этом может явно

свидетельствовать тело ребенка

У ребенка порезы, царапины и синяки, о происхождении которых он ничего не хочет говорить. Мало того, он их всячески скрывает под одеждой, чтобы никто не увидел и не задавал ему вопросы. Именно на этот признак вы должны сразу же обратить пристальное внимание.

Его одежда испачкана или порвана

Некоторые его вещи испачканы и порваны, а кое-какие даже отсутствуют, но ребёнок упорно утверждает, что он их забыл или потерял. Эти явные признаки буллинга трудно не заметить. Научите его быть честным и откровенным с вами во всех вопросах, после чего вы можете предпринять дальнейшие необходимые шаги.

Угрюмость и резкая смена настроения

Когда он приходит домой, то выглядит подавленным и унылым, а также может вести себя очень капризно и несдержанно. Опять же, такое поведение требует вашего внимания. Мотивируйте ребенка, чтобы он смог открыться вам и поделиться своими переживаниями по поводу происходящего в его жизни.

Внезапная настойчивость

Внезапная настойчивость в каких-либо вопросах также может быть признаком того, что над вашим ребенком издеваются. Если он вдруг не хочет ездить или идти в школу вместе с друзьями, а просит вашего разрешения пропустить денёк-другой или требует, чтобы вы сами его туда отвезли или отвели, причем делает это очень настойчиво, возможно, у него проблемы, а значит, вам стоит во всём досконально разобраться.

Проблемы со здоровьем

Ребенок жалуется на своё здоровье – от головных болей до болей в животе. Во-первых, это может быть уловка с целью не пойти в школу, чтобы не сталкиваться со своими обидчиками. Во-вторых, вполне реальные головные боли могут возникнуть из-за плохого сна под влиянием стресса, а боли в животе указывают на пищевое расстройство или изменение рациона питания из-за тревоги или депрессии.

Признаки того, что ваш ребенок подвергается буллингу

Изменение поведения

Резкие перемены в поведении вашего ребенка могут прямо указывать на буллинг. Если он был весьма активным и жизнерадостным, а затем внезапно стал скованным, скрытным и мрачным, вам нужно бить тревогу.

Издевательства над младшими

Если у вашего ребенка есть младшие братья и сестры, и он начинает их дразнить и запугивать, то такое поведение может свидетельствовать о том, что с ним точно так же обращаются в школе. Чтобы как-то компенсировать своё ощущение беспомощности, дети, которые подвергаются издевательствам, иногда сами ведут себя аналогичным образом, особенно с теми, кто меньше и слабее.

Плохие оценки

Оценки и успеваемость в целом резко снизились. Это красноречивый сигнал для родителя, говорящий о том, что в жизни ребенка происходит что-то неприятное, что мешает ему сосредоточиться на учёбе.

Социальная изоляция

Если у вашего ребенка раньше было много друзей, а теперь их заметно поубавилось, спросите его о причинах. Когда он слишком очевидно избегает других детей в его группе или классе, то это очень тревожный признак. Вполне возможно, что ребенок является объектом издевательств со стороны какой-либо небольшой компании задира и хулиганов.

Причинение себе вреда и суицидальное настроение

Когда издевательства и травля продолжаются долгое время, ваш ребенок отчаивается и полностью замыкается в себе. Его чувство собственного достоинства нарушено или уже уничтожено, и он ощущает себя незащищенным и уязвимым. В результате ребенок может убежать из дома, нанести себе увечья и подвергнуть опасности свою жизнь.