

Как помочь подростку справиться с буллингом?



MAXIMUM
EDUCATION

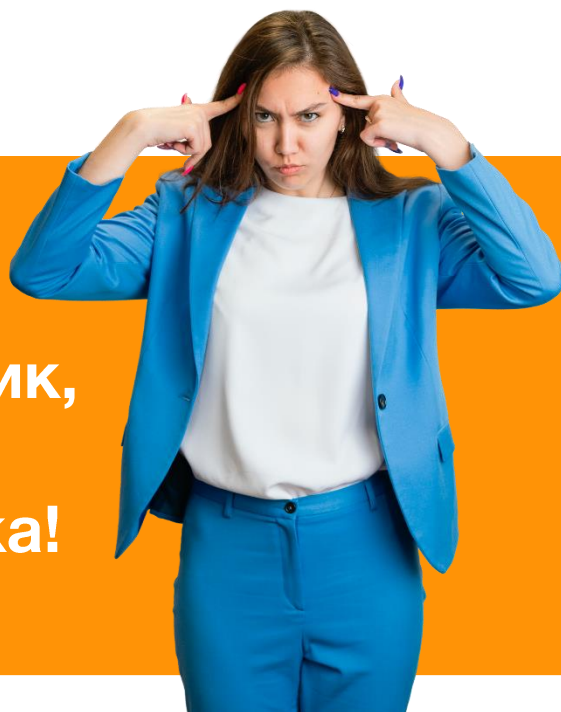
Буллинг – это агрессивная травля одного из представителей группы другим её представителем, имеющая постоянный характер

Физическая и психологическая форма

Открытый и скрытый характер

Угрозы, преследование, физическая активность, порча имущества

Важно, чтобы рядом с ребенком был наставник, который в курсе переживаний подростка!



Опасные стадии буллинга



Злоупотребление

«Сильная» сторона регулярно и преднамеренно нападает на «слабую» сторону.



Растущая неуверенность жертвы

Жертва боится рассказывать о травле и винит в происходящем себя.



Изоляция жертвы

Травля становится менее явной, жертва – более замкнутой, а окружающим всё сложнее увидеть буллинг.



Длительный стресс

Несмотря на внешнее спокойствие, у жертвы развивается хронический стресс.



Исключение жертвы из сообщества

Буллеры хотят лишь убрать жертву из своего общества (например, одноклассника из класса).



Болезнь жертвы

Стресс перерастает в болезнь: жертва жалуется на головную боль, проблемы со сном, кошмарные сны, постоянную усталость, могут быть мысли о суициде.

**Если в описании вы узнали
своего ребенка, срочно нужно
принимать меры!**



Объясните ребенку, как НЕ НАДО делать:

- Агрессивно спорить или отвечать тем же;
- Угрожать буллеру;
- Делать вид, что тебе всё равно или что тебе смешно, когда это не так;
- Убегать, прятаться, плакать, жаловаться.



Что не нужно делать родителям?



Устраивать скандал в школе

Важно поговорить с психологом и учителями в школе и объединиться для решения проблемы



Ждать, что всё само наладится

Без опытного наставника и советов взрослых подростку тяжело справиться с ситуацией



Надеяться только на разговоры

Важно собирать доказательства (испорченные вещи, переписки, справки о здоровье)



Не искать помощи на стороне

Привлечение общественности помогает решить проблему и избежать повторения ситуаций



Избегать решения проблемы по закону

Можно обратиться в прокуратуру или специальные органы (местное Управление образования, Рособрнадзор, Уполномоченный по правам ребёнка)

Советы:

1

Знайте свои права

Если разговоры не помогут и школа не сможет защитить ребенка от травли, можно подать иск в суд. Используйте Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях ([Часть 2, Статья 5.57](#)).

2

Ищите помощи у активистов

Не все проблемы можно решить самостоятельно. Например, активисты АНО «БО «Журавлик» создали антибуллинговую программу для школ [«Травли.Net»](#). На сайте организации можно найти подробные инструкции по борьбе с буллингом [для детей](#) и [для родителей](#).

3

Не бойтесь бросить школу

В наше время вы легко можете найти другую школу или перейти на домашнее обучение, что может стать даже более эффективным для подростка.

В Академии MAXIMUM вы найдете чутких наставников и качественное домашнее образование для подростка!

Учитесь и достигайте результатов вместе с **MAXIMUM Education**

Узнай о нас подробнее:



[Telegram](#)



[ВКонтакте](#)



[YouTube](#)



MAXIMUM
EDUCATION