

## Что делать, если ребенка обижают в школе?

Общение со сверстниками не всегда складывается гладко. Для некоторых детей школа превращается в место, где находиться неприятно, унижительно и даже страшно. Жертвой насмешек может стать любой. Как правильно реагировать, если вы узнали, что ребенка притесняют?

Статистика гласит, что в России больше 50% школьников в возрасте 9-15 лет сталкивались с агрессией. При этом треть детей стесняется об этом рассказать.

Важно понимать: травлю не получится остановить без вмешательства взрослых. Участие родителей, учителя, администрации, возможно, социальных работников — обязательно.

### КАК ВЕСТИ СЕБЯ РОДИТЕЛЯМ

#### В первую очередь: сохранять спокойствие

Раздраженный и нервный родитель, готовый бежать отстаивать справедливость и наказывать обидчиков, — это не то, что сейчас нужно ребенку. Важно демонстрировать уверенность, показывать: «мы со всем справимся, если будем действовать вместе». Это даст ребенку чувство безопасности и защищенности.

Проявлять по отношению к обидчикам терпимость и сдержанность, однако, если кто-то из ребят занимается рукоприкладством, об этом обязательно необходимо знать классному руководителю и социальному педагогу.

Взрослый не может добиться, чтобы ребенка любили, но он может и должен потребовать, чтобы по отношению к нему не допускалось слов и действий, унижающих человеческое достоинство. Опыт показывает, что решительное вмешательство взрослых вполне способно пресечь подобные ситуации.

Поговорите и объясните ребенку, что вы не сможете защищать его, если не будете твердо уверены, что сам он никогда драку не начинает. Скажите, что вам очень важно быть справедливым и никого не наказывать напрасно; возьмите с него слово, что он не будет переходить к рукоприкладству первым, даже если его дразнят.

Обидчикам интересно обижать того, кто обижается, кто бросается с кулаками на окружающих, кто начинает плакать, кто даёт нужную эмоцию, если его подразнить. Когда человек плачет, злится, пытается возражать, убегает, обидчики чувствуют свою власть. Обидчикам интересно задеть, подразнить человека, который отреагирует на это в соответствии с его ожиданиями (прижмется к стене, полезет в драку, заплачет или пойдет к учителю). **Обидчик за счет другого просто чувствует себя лидером.** В этом случае НУЖНО не реагировать так, как хочет обидчик. В большинстве случаев нападки провоцирует именно острая реакция на отношение одноклассников.

Обратите внимание ребенка на то, как общаются между собой остальные ребята. Возможно, что некоторые слова и поступки, которые воспринимаются как оскорбление, просто принятый в этой группе стиль поведения (т.е. других ребят тоже могут задеть, сделать замечание, посмеяться над ними). Дайте понять ребенку, что его проблема не уникальная.

Помогите ребенку научиться правильно реагировать на провокации: "Ты можешь так думать, если тебе это нравится", "Я уже заметил, что тебе нравится говорить гадости о людях", "Все уже это поняли". Проговорите с ребенком сложные коммуникативные ситуации и помогите найти правильные ответы. Помогите ребенку адекватно реагировать на ситуации:

- не терпеть там, где уместно было бы дать отпор;
- не лезть в драку или начинать ругаться, выяснять отношения из-за какой-нибудь мимоходом брошенной фразы, на которую никто не обратил бы внимания. **НЕЛЬЗЯ** обсуждать навязываемую обидчиками тему (свою внешность, качества и т.д.), спорить, оправдываться, сердиться. **НАДО** кратко и спокойно охарактеризовать их поведение, переложив ответственность за происходящее на них. Конечно, сказать это должным тоном и вовремя непросто, однако, ваша задача помочь выработать это навык.

### **А ТЕПЕРЬ ПОГОВОРИМ О ТОМ, ЧЕГО РОДИТЕЛЮ ТОЧНО ДЕЛАТЬ НЕ СТОИТ:**

- ✚ Обещать ребенку, что получится сохранить ситуацию в секрете. Как уже было сказано — травлю нельзя прекратить без вмешательства взрослых.
- ✚ Привлекать родителей детей, которые участвуют в травле. Они, скорее всего, займут оборонительную позицию, будут защищать своих детей. Это может привести к конфликту между родителями и только усугубит ситуацию.
- ✚ Говорить: «Ерунда, не обращай внимания», «Игнорируй, они отстанут». Ребенок поделился сокровенным, не стоит это обесценивать и отмахиваться.
- ✚ Говорить ребенку, что он виноват. Это ухудшит отношения с ним и сделает его еще более беспомощным в ситуации противодействия с ребятами, которые на него нападают.
- ✚ Поддерживать ребенка в том, чтобы он дал сдачи. Говорить, что «нужно ответить». Жертва обычно всегда слабее обидчика. В ситуации травли это может подвергнуть его еще большей опасности. К тому же насилие нельзя прекратить с помощью ответного насилия.

### **Контакт со сверстниками.**

Вступить в коллектив бывает не очень просто. В семье ребенка окружает атмосфера заботы и любви, родители любят ребенка безоговорочно, но сверстники судят строже. Дети в своих сверстниках, в первую очередь, ценят такие качества характера:

- ✚ Доброта (дети запоминают доброту по незначительным поступкам (поделились карандашом или ручкой на уроке и т. п.)).
- ✚ Честность.
- ✚ Смелость.
- ✚ Душевность и доброжелательность.
- ✚ Уравновешенность и спокойствие.

Дети не любят навязчивость, объясните ребенку, что если кто-то проявил к нему доброжелательность, нужно проявить доброжелательность в ответ, но сразу возводить этого человека в статус друга рано. Объясните, что дружба это работа, расскажите, что такое общие интересы, умение слушать, умение помочь делом и советом, умение прощать и принимать недостатки другого человека.

Учите ребенка пониманию. Объясните, что плохое поведение другого ребенка может быть обусловлено его личными проблемами, неудачами и страхами. Расскажите, что иногда человек может быть грубым и недружелюбным вследствие личных переживаний (проблемы в семье, получил двойку, плохое самочувствие и. т. п.) Объясните, что все люди разные, и нужно учиться ограждать себя от негатива и не принимать все на свой счет. Нужно стараться учиться ориентироваться на результаты своей деятельности, на интерес, а не на оценку окружающих.

Если сам ребенок «не комплексует» и принимает свои недостатки, то отношение к нему довольно быстро становится нормальным.

Помогите ребенку не фиксироваться на обидах и неудачах, делайте акцент на успехах, связанных с овладением умения понимать, слушать, помогать и взаимодействовать со сверстниками.

Но если вы решаете проблему тем, что просто закрываете свое чадо от мира, начинаете его оберегать и говорить: «Все вокруг плохое, а ты у нас необыкновенный», — то он никогда не будет готов выйти из этих тепличных условий. И это еще больше усугубит проблему.

**8 800 2000 122**

**Единый общероссийский телефон доверия для детей, подростков и их родителей.**

Педагог-психолог Н.Н. Шуброва