

**ПРОТОКОЛ ОБЩЕШКОЛЬНОГО РОДИТЕЛЬСКОГО  
СОБРАНИЯ МБОУ «Красноярская СОШ»**

от 24.04.2024 г

**Повестка собрания.**

**1. «Школьная травля или буллинг. Кибербуллинг. Как помочь детям» (педагог-психолог Запорожец Елена Анатольевна)**

**Немаловажная проблема: "Школьная травля или буллинг. Кибербуллинг. Как помочь детям"**

**Запорожец Е.А . - Буллинг** – это повторяющиеся акты различных видов насилия и издевательств, со стороны одного лица или группы лиц в отношении индивида, который не может себя защитить.

Буллинг всегда преследует цель - затравить жертву, вызвать у нее страх, унижить, подчинить.

Подвергать учащихся травле может как одно лицо, так и группа лиц.

С помощью информационно-коммуникационных технологий распространяются унижительные фотографии, оскорбительные сообщения и угрозы. Такое явление известно под названием **кибербуллинг**.

Физическое насилие в школе, в числе прочего, проявляется в драках, которые больше распространены среди подростков младшего и среднего возраста (11-15 лет). Старшие подростки чаще вовлекаются в менее заметные, но более изощренные формы насилия, такие как словесные издеательства.

**Нефизическое насилие проявляется:**

- в обидных высказываниях;
- оскорблениях;
- нешутливых передразниваниях.

**О насилии в отношении ребенка могут свидетельствовать** особенности его поведения, настроения, внешний вид, «беспричинные» пропуски занятий и снижение успеваемости. Если Вы заметили за своим ребёнком серьёзные перемены не в лучшую сторону, это повод задуматься и более пристально за ним понаблюдать, а в случае подтверждения опасений о травле ребёнка незамедлительно обратится к администрации школы, или к классному руководителю, или к психологу.

**Рекомендации:**

**научите вашего ребёнка** поступать следующим образом во избежание попадания в группу риска по школьному буллингу:

- вести себя скромно: без хвастовства своими успехами, родителями и друзьями, вещами;

- вести себя достойно, без подлизываний к учителям, сверстникам;
- найти себе хотя бы одного друга среди одноклассников;
- приглашать одноклассников в гости;
- научиться уважать мнение своих одноклассников;
- не пытаться всегда побеждать в своих спорах со сверстниками;
- научиться проигрывать и уступать, если Ваш ребёнок на самом деле не прав.

- помочь ребёнку стать членом классного коллектива, а не просто ходить учиться;
- не настраивать ребёнка против его школьных мероприятий, даже если они кажутся вам ненужными;

### **Общие методические рекомендации для родителей**

- старайтесь избегать скандалов и публичных ссор при ребенке, так это может сформировать у него модель конфликтного поведения, которое он будет переносить на окружающий социум.

- следите за тем, как ваш ребенок питается до школы и в школе, большинство детей приходят в школу с пустым желудком, что также провоцирует агрессивное поведение.

- не будьте равнодушными к проблемам ребенка, старайтесь посещать школу не только в то время, когда проводится родительское собрание, но и в течение четверти (в ситуации пандемии: звоните чаще классному руководителю, общайтесь с другими родителями).

- избегайте практики физического наказания, в частности, после посещения родительского собрания многие родители возвращаются домой с одной целью, как можно сильнее наказать ребенка и тем самым отомстить за пережитый позор. После подобной тактики воспитания конфликты между родителем и ребенком становятся традиционной формой общения, дети перестают доверять не только родителям, но и взрослым вообще, боятся рассказывать о своих проблемах и трудностях, лгут и выкручиваются, становятся замкнутыми, убегают из дома, ищут поддержки на стороне.

**Если профилактические меры не помогли, и ваш ребёнок оказался жертвой буллинга, Вам как родителям необходимо:**

### **Советы родителям обижаемого ребёнка**

- Не оставляйте его один на один с этой ситуацией. Выслушайте ребенка и разберитесь: в чем суть конфликта, как давно он длится, существует ли опасность для ребенка. **Разговаривайте со своими детьми.**

- Если выясняется, что другие дети его бьют, обзывают, портят вещи, смеются над ним, унижают, реагируйте сразу.

- Помните о том, что ребенок, которого травят, не может завоевать симпатии одноклассников, если будет добиваться успехов в чем-то или совершать хорошие поступки. Он будет получать пятерки, его назовут «ботаником», будет помогать кому-то, назовут «слабаком» и так бесконечно. Его успехи будут провоцировать группу на еще большие нападки.

- Сохраняйте спокойствие. Ребенку важно знать, что Вы справитесь с любой ситуацией. Разговаривайте с родителями буллеров. Но не вступайте с ними в конфликт. Вам нужно совместными усилиями помочь детям.

### **Кибербуллинг. Как помочь ребёнку?**

- Для начала надо убедиться, что у вас (вашего ребёнка) надёжный пароль в соц.сетях, нужно отрегулировать настройки приватности.

- Если стал известен факт кибербуллинга вашего ребёнка, не вариант забирать у него телефон или перекрывать доступ в интернет, т.к. тем самым вы как бы его наказываете, а он и так страдает.

- Дайте ребёнку понять, что готовы помочь и не будете его ругать или осуждать.

- Разберитесь в ситуации вместе с ребёнком. Важно найти ответы на вопросы: когда возник конфликт? Что стало причиной? Кто принимает участие в травле? Существует ли угроза жизни и здоровью ребёнка?

- Соберите доказательства травли (скриншоты, электронные письма, фотографии и т.д.)

- Научите правильно реагировать на агрессора. **Лучший способ остановить травлю - игнорировать обидчиков.** Помогите ребёнку заблокировать агрессоров или добавить их в «чёрный список». Иногда стоит временно удалить аккаунт ребёнка в тех ресурсах, где происходит травля.

- Обратитесь за помощью.

- Если травля происходит в открытом сообществе или группе, обратитесь к администраторам ресурса с просьбой заблокировать обидчиков, прикрепите скриншоты с доказательствами кибербуллинга.

- Если в травле участвуют ученики школы, расскажите о ситуации классному руководителю, либо психологу, либо администрации школы.

- Если существует угроза жизни и здоровью ребёнка, обратитесь в правоохранительные органы, приложив к заявлению все собранные доказательства.

Исследования показывают, что пик вовлечения в киберагрессию приходится на пятые-шестые классы.

### **Если ваш ребёнок вовлечён в травлю в качестве обидчика**

- Постарайтесь докопаться до истины, но избегайте длительных допросов.

- Если ребёнок не идёт на контакт, скажите ему: «Я знаю, многим детям трудно говорить о таких вещах, но пойми, что я хочу помочь тебе, и мы можем поговорить об этом тогда, когда ты будешь готов».

- Поставьте в известность администрацию школы.

- Не занимайте оборонительную позицию по отношению к другим родителям, если они хотят поговорить с вами о ситуации.

- Не наказывайте своего ребёнка за его поступки отчуждением, но дайте понять ему, что такое поведение будет иметь последствия.

- Заводите разговоры о том, как и почему это могло произойти, и о том, каковы последствия.
- Старайтесь поддерживать нормальную повседневную жизнь.
- Объясните своим детям, что оставаясь свидетелями травли, они становятся соучастниками.

### **Что делать, если твой ребёнок — буллер**

Чаще всего буллерами становятся дети, подвергающиеся насилию в семье, а также пережившие психотравмирующие моменты в прошлом. Если отец бьёт и унижает мальчика дома, то с огромной вероятностью на следующий день он попробует отыгаться на более слабых одноклассниках.

Такому ребёнку бесспорно нужна помощь специалистов, но главное — проанализировать, что происходит в вашем доме. Но бывают случаи, когда буллер обладает высокой самооценкой вкупе со сниженной эмпатией и вполне осознаёт свои действия. Такому ребёнку необходимы жёсткие границы и понятные последствия его действий. Поговорите с ним об этом. Расскажите о своём опыте в качестве жертвы или агрессора.

Обратите внимание на окружение ребёнка: не подвергается ли он насилию со стороны более взрослых приятелей (иногда достаточно постоянных саркастических замечаний). Наконец, сходите на консультацию к семейному психологу, чтобы всем вместе разобраться в происходящем. Часто сделать это своими силами невозможно.

### **Выводы**

Стать жертвой буллинга может любой ребёнок, вне зависимости от физических, интеллектуальных способностей или материального положения. Психологическую травму получают не только участники травли, но и её свидетели.

Если вы узнали, что в нашей школе практикуется травля, нельзя оставаться в стороне и пускать ситуацию на самотёк. Обсудите её с учителями и другими родителями и постарайтесь найти выход. Поговорите о буллинге со своим ребёнком, объясните, как нужно действовать, если он или другие дети в школе подвергаются издевательствам. Развивайте у ребёнка эмпатию и уважение границ других людей, чтобы он сам не стал агрессором. Но если несмотря ни на что ваш ребёнок регулярно подвергается нападкам одноклассников — оградите его от травмирующего опыта, сменив школу или форму обучения.

**Спасибо за внимание! Если появились вопросы, мы готовы выслушать и обсудить.**

