ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ…

*Если вы заметили в поведении своего ребенка признаки того, что он стал жертвой травли, то:*

1. не теряйте спокойствия и продумайте, как провести с ребенком беседу на эту тему (вы подаете ребенку пример своим поведением, сохраняйте спокойствие, действуя под влиянием эмоций, вы можете принять решения, о которых вы пожалеете впоследствии)
2. поговорите с ребенком и расскажите ему, что вы заметили, скажите, что вы беспокоитесь о нем и хотите помочь (поддержите ребенка и будьте для него человеком, которому он может полностью довериться)
3. пообещайте ребенку, что не станете его ругать, если он вам все расскажет (для рассказа о трудных вещах ребенку нужна уверенность в том, что родитель его в любом случае поддержит и не станет осуждать)
4. ребенок, став жертвой травли, не обязательно готов об этом говорить (беседа заставляет ребенка вновь пережить неприятный опыт, поэтому при разговоре с ним нужно проявить максимальную деликатность)
5. не принижайте значение происшедшего (не иронизируйте, не предлагайте наобум решений и не обвиняйте, избегайте таких фраз, как «Ничего страшного, справишься, пустяки!», «Ты уже не маленький, чтобы самому с этим не справиться!», «Ну и не общайся с ними!», «Не будь маменькиным сынком!» и т.п. (событие маловажное, с точки зрения родителя, может казаться ребенку непреодолимо тяжелым переживанием)
6. обсудите с ребенком шаги для прекращения травли (до обращения к кому-либо и детального рассказа об обстоятельствах травли обсудите это с ребенком, ребенок должен быть уверен, что вы не станете предпринимать никаких шагов для прекращения травли за его спиной)
7. обратитесь в школу и выясните, что вы могли бы совместно предпринять для прекращения травли (прекращение травли предполагает сотрудничество всех взрослых)
8. оцените достаточность своих знаний и навыков для того, чтобы справиться с ситуацией, при необходимости, найдите специалистов, которые смогут вам помочь (например, обратитесь к психологу в школе или в консультационном центре).

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ…

*Если вы заметили в поведении своего ребенка признаки того, что он стал жертвой травли, то:*

1. не теряйте спокойствия и продумайте, как провести с ребенком беседу на эту тему (вы подаете ребенку пример своим поведением, сохраняйте спокойствие, действуя под влиянием эмоций, вы можете принять решения, о которых вы пожалеете впоследствии)
2. поговорите с ребенком и расскажите ему, что вы заметили, скажите, что вы беспокоитесь о нем и хотите помочь (поддержите ребенка и будьте для него человеком, которому он может полностью довериться)
3. пообещайте ребенку, что не станете его ругать, если он вам все расскажет (для рассказа о трудных вещах ребенку нужна уверенность в том, что родитель его в любом случае поддержит и не станет осуждать)
4. ребенок, став жертвой травли, не обязательно готов об этом говорить (беседа заставляет ребенка вновь пережить неприятный опыт, поэтому при разговоре с ним нужно проявить максимальную деликатность)
5. не принижайте значение происшедшего (не иронизируйте, не предлагайте наобум решений и не обвиняйте, избегайте таких фраз, как «Ничего страшного, справишься, пустяки!», «Ты уже не маленький, чтобы самому с этим не справиться!», «Ну и не общайся с ними!», «Не будь маменькиным сынком!» и т.п. (событие маловажное, с точки зрения родителя, может казаться ребенку непреодолимо тяжелым переживанием)
6. обсудите с ребенком шаги для прекращения травли (до обращения к кому-либо и детального рассказа об обстоятельствах травли обсудите это с ребенком, ребенок должен быть уверен, что вы не станете предпринимать никаких шагов для прекращения травли за его спиной)
7. обратитесь в школу и выясните, что вы могли бы совместно предпринять для прекращения травли (прекращение травли предполагает сотрудничество всех взрослых)
8. оцените достаточность своих знаний и навыков для того, чтобы справиться с ситуацией, при необходимости, найдите специалистов, которые смогут вам помочь (например, обратитесь к психологу в школе или в консультационном центре).