

## **Памятка для родителей «Разберемся в понятиях БУЛЛИНГ и КИБЕРБУЛЛИНГ»**

**Буллинг** (от англ. bullying – запугивание, физический и/или психологический террор в отношении ребенка со стороны группы одноклассников), – это форма жестокого обращения, когда физически или психически сильный индивид или группа получает удовольствие, причиняя физическую или психологическую боль более слабому в данной ситуации человеку.

### **Выделяют следующие виды буллинга:**

#### Психологическое (моральное) насилие:

**1. Вербальный** (насмешки, присвоение кличек, бесконечные замечания и необъективные оценки, высмеивание, унижение в присутствии других подростков, угрозы физической расправы, шантаж, вымогательство, доносительство, клевета на жертву, оскорбления, обзывательства, клички.

**2. Социальное исключение:** бойкот, отторжение, изоляция, отказ от общения с жертвой.

#### Физическое насилие.

Избиение, нанесение удара, подзатыльники, порча и отнимание вещей, воровство и др.

### **Как понять родителям, что ребёнок стал жертвой буллинга?**

Если ваш ребёнок:

- неохотно идёт в образовательную организацию и рад любой возможности не ходить туда;
- возвращается с занятий подавленным;
- очень мало говорит о своей учебной жизни;
- одинок, его никто не приглашает в гости, на дни рождения, и он никого не хочет позвать к себе.

В этом случае, возможно, ваш ребёнок стал объектом буллинга.

### **Что предпринять родителям в ситуации, когда ребенок подвергся буллингу?**

- Попытаться понять истинную причину травли: внешность ребёнка, особенности его поведения, плохая, а сейчас порой и отличная успеваемость, отсутствие статусных для детей предметов (мобильного телефона и т.д.).
  - Убедиться, что ваш ребёнок действительно стал жертвой буллинга;
  - Сообщите о ситуации классному руководителю, психологу.
  - Сообща найти пути выхода из сложившейся ситуации;
  - Ни в коем случае не игнорировать случившееся с ребёнком и не пускать всё на самотёк.
  - Успокоить и поддержать ребенка словами: «Хорошо, что ты мне сказал. Ты правильно сделал»; «Я тебе верю»; «Ты в этом не виноват»; «Ты не один попал в такую ситуацию, это случается и с другими детьми»; «Мне жаль, что с тобой это случилось». «Я постараюсь сделать так, чтобы тебе больше не угрожала опасность».

**Кибербуллинг** - преследование сообщениями, содержащими оскорбления, агрессию, запугивание; хулиганство; социальное бойкотирование с помощью различных интернет-сервисов.

### **Виды кибербуллинга:**

**1. Клевета.** Распространение оскорбительной, унижительной и неправдивой информации on-line, чтобы повредить репутацию жертвы.

**2. Отчуждение (изоляция).** Исключение из виртуальной группы – считается видом кибербуллинга.

**3. Флейминг.** Переписка в виде обмена злыми, жестокими и грубыми сообщениями между двумя и более пользователями в публичных и частных местах общения в сети Интернет.

**4. Хеппислеппинг** (от англ. happy slapping – счастливое хлопанье, радостное избиение). Физическое нападение, избиение человека, в то время как обидчики снимают это на видео или фотографируют, чтобы впоследствии разместить материалы в сети Интернет.

**5. Нападки.** Повторяющиеся обидные и оскорбительные сообщения, направленные на жертву.

**6. Самозванство.** Преследователь притворяется жертвой и от его/ее имени рассылает сообщения или распространяет информацию с целью уничтожения репутации жертвы.

**7. Текстовые войны / нападения.** Травля, преследование жертвы посредством большого количества оскорбительных СМС-сообщений или электронных писем.

**8. Обман.** Получение и распространение конфиденциальной информации, личной переписки или фотографий и публикация их в Интернете.

### **Предупреждение кибербуллинга:**

- объясните детям, что при общении в Интернете они должны быть дружелюбными с другими пользователями, ни в коем случае не писать грубых слов – читать грубости также неприятно, как и слышать;

- научите детей правильно реагировать на обидные слова или действия других пользователей;

- объясните детям, что нельзя использовать Сеть для хулиганства, распространения сплетен или угроз;

- старайтесь следить за тем, что Ваш ребенок делает в Интернете, а также следите за его настроением после пользования Сетью.

Даже при самых доверительных отношениях в семье родители иногда не могут вовремя заметить грозящую ребенку опасность и, тем более, не всегда знают, как ее предотвратить.

### **На что следует обращать внимание родителям, чтобы вовремя заметить, что ребенок стал жертвой кибербуллинга:**

**1. Беспоконное поведение.** Даже самый замкнутый школьник будет переживать из-за происходящего и обязательно выдаст себя своим поведением. Депрессия и нежелание идти учиться – самые явные признаки того, что ребенок подвергается агрессии.

**2. Неприязнь к Интернету.** Если ребенок любил проводить время в Интернете и внезапно перестал это делать, следует выяснить причину. В очень редких случаях детям действительно надоедает проводить время в Сети. Однако в большинстве случаев внезапное нежелание пользоваться Интернетом связано с проблемами в виртуальном мире.

**3. Нервозность при получении новых сообщений.** Негативная реакция ребенка на звук письма на электронную почту должна насторожить родителя. Если ребенок регулярно получает сообщения, которые расстраивают его, поговорите с ним и обсудите содержание этих сообщений.

***Будьте внимательны к своему ребенку, стремитесь к доверительным отношениям с ним, поддерживайте его в трудных ситуациях, обращайтесь за помощью к педагогам, психологам и руководителям образовательной организации!***