

# ПРОФИЛАКТИКА БУЛЛИНГА В ШКОЛЕ

## ВЗРОСЛЫЕ в работе с детьми:

Обращайте внимание  
на признаки буллинга:

- Ребенок старается держаться рядом со взрослыми
- У ребенка резко или постепенно ухудшается успеваемость
- Боится или не хочет идти в школу
- Убегает из учреждения
- Выбирает длинный и неудобный путь в школу и из школы
- Ребенок не спрашивает тему урока, домашнее задание у сверстников, если он не успел записать
- Требует или кладет деньги, чтобы выполнить требования «агрессоров»
- В командных играх дети выбирают его в числе последних или не хотят быть с ним в одной команде



## КАК НЕ СТАТЬ ЖЕРТВОЙ БУЛЛИНГА:

- 1) Отыскать себе друга среди одноклассников, а еще лучше несколько настоящих друзей
- 2) Приглашать одноклассников в гости
- 3) Научиться уважать мнение своих одноклассников, находить с ними общий язык
- 4) Не пытаться всегда побеждать в своих спорах с ровесниками, научиться признавать свою неправоту
- 5) Не задираться, не зазнаваться
- 6) Не показывать свое превосходство над другими



8 800 2000 122  
ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ  
для детей и родителей

Бесплатная квалифицированная помощь психолога

УПРАВЛЕНИЕ  
МВД РОССИИ  
ПО БРЯНСКОЙ ОБЛАСТИ





## ЧТО НУЖНО ПОНИМАТЬ О ДЕТЯХ:

1. Дети психологически уязвимее взрослых;
2. Дети не до конца осознают последствия своих поступков;
3. Дети более чувствительны к неудачам;
4. Дети мыслят более конкретно, чем взрослые;
5. Дети очень непосредственны;
6. Дети хуже взрослых информированы о последствиях самоповреждающего поведения.

### Почему дети делают это?

- неразделенная любовь;
- конфликты в семье (ссоры, разводы и пр.);
- конфликты в школе (травля, шантаж, неприятие и пр.);
- ситуационный фактор (потеря близкого человека, животного и пр.);
- психологическое нездоровье;
- употребление психоактивных веществ.

## КАКИЕ ПРИЗНАКИ В ПОВЕДЕНИИ РЕБЕНКА, ПОМОГУТ ПОНЯТЬ О НАМЕРЕНИИ СОВЕРШИТЬ СУИЦИД:

Присутствуют признаки стресса (нарушение аппетита, сна, проявление беспокойства, тревожности, потеря интереса к окружающему, чувство вины).

Ребенок открыто говорит: «Лучше мне умереть!», «Ненавижу свою жизнь!» и т.п.

Изменение повседневных привычек, несоблюдение правил личной гигиены.

В беседах появляются темы о смерти, самоубийстве, подросток выбирает литературу, социальные группы о смерти.

Перемены в поведении и настроении ребенка (ребенок становится излишне замкнут, либо раскован, проявляется склонность к рискованным поступкам, **собственная личность представляется ему ничтожной**, испытывает безразличие к своей судьбе).

### Личностные особенности ребенка склонного к суицидальному поведению:

- эмоциональная напряженность, неустойчивость, замкнутость;
- неумение справляться со стрессовой ситуацией;
- низкая самооценка;
- отсутствие родительского тепла.

## ПРОФИЛАКТИКА СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ:

1

Поддерживать активное общение с ребенком (чаще спрашивать о том, как прошел его день, с кем он общается, как обстоят дела в школе и пр.).

2

Проявлять сочувствие, окружать теплом, заботой и вниманием. Демонстрировать ребенку, что Вы его любите таким, какой он есть.

3

Словом и поступком вселять уверенность в силы и возможности ребенка (не порицать, а поддерживать, внушать оптимизм в его действия).

4

Осуществлять контроль за поведением ребенка. Анализировать его отношения со сверстниками, уделять пристальное внимание сменам привычек, его кругу общения.

### ПОДДЕРЖИВАЮЩИЕ ФАКТОРЫ

Привязанность к родным и близким

Наличие жизненных, творческих, образовательных, семейных планов

Положительное отношение к собственной личности

Чувство ответственности и долга