

## Статья 2

### ПОЧЕМУ ОН жертва буллинга?

Дорогие родители, помните, что жертвой буллинга может стать любой ребенок. Но обычно для этого выбирают детей, имеющих:

внешние и(или) физические недостатки, болезни. Детей носящих очки, имеющих сниженный слух, с нарушениями движений, заикающихся, страдающих от тиков, тех, кто не может дать адекватный отпор и защитить себя — обижают гораздо чаще.

Если Вы будете воспринимать физический или внешний недостаток ребенка как нечто, не имеющее особого значения; если будете обращаться с ним, как с самым нормальным ребенком; позвольте ему бывать везде, где бывают все дети; не будете обращать внимания на взгляды и замечания и научите этому ребенка, тогда и он будет считать себя таким, как все, и не будет чувствовать «особенным». Делайте акцент на положительных качествах ребенка.

- особенности поведения. Мишенью для насмешек и агрессии становятся замкнутые дети (интроверты, флегматики) или дети с импульсивным поведением. Гиперактивные дети бывают слишком назойливыми, поэтому часто вызывают раздражение и получают «ответный удар». Гиперактивные дети могут быть как жертвами, так и «насильниками», а нередко и теми и другими одновременно;

- плохие социальные навыки в виду ненаучения или отсутствия опыта жизни в коллективе (домашние дети). Есть дети, у которых не выработана психологическая защита от вербального или физического насилия из-за недостаточного опыта общения и самовыражения. Они легче принимают роль жертвы, которая смиряется с ситуацией как с неизбежностью, находят оправдание агрессору: «...ну, значит, я такой, заслужил...». Дети, не посещающие до школы детский коллектив, могут не иметь необходимых навыков, позволяющих справляться с проблемами в общении;

Отвечайте ребенку, реагируйте обычным голосом, сохраняйте спокойное отношение к ребенку, когда он плачет. Это поощряет его, попытаться поговорить с вами, быть внимательным к нуждам других.

Уделяйте внимание и любовь ребенку. Поцелуи и объятия имеют важное значение для его социального развития, главное не переборщить и не разбаловать ребенка.

Создавайте социальную среду. Приглашайте других родителей и их детей к себе домой или ходите в гости. Учите делиться игрушками; пользоваться словами, когда злишься; быть аккуратным при прикосновении к домашним животным; просить прощения, если они обидели другого и т.д. Хвалите детей, когда они демонстрируют все это.

Будьте примером для ребенка. Демонстрируйте хорошие манеры. Встречайте людей тепло. Проявляйте уважение к другим во время конфликта и пр.

· страх перед школой. Ребенок, проявляющий неуверенность и страх перед школой, легче станет объектом для издевок других детей. Иногда этот страх индуцируется от родителей, у которых самих были проблемы в школьном возрасте. Пусковым механизмом возникновения страха могут стать и рассказы о злой учительнице и плохих оценках. Также к причинам страха перед школой можно отнести страх из-за разлуки с родителями, психологическую незрелость ребенка, боязнь отвечать у доски, неуверенность в себе, низкая успеваемость вследствие большой нагрузки.

Необходимо понять причины страха, и в зависимости от ситуации, принимать меры. Ваша задача — поддержать ребенка похвалой, ласковым словом, доброжелательным тоном, чувством сопереживания.

С трех лет читайте ему книги, приучая слушать взрослых, не отвлекаясь. Ведите с ним беседы, позволяющие выражать свои собственные мысли. Обеспечьте разностороннюю игровую среду, включающую в себя ролевые, интеллектуальные, словесные, творческие игры, а так же различные игры с правилами. Когда придет время идти в школу, следует объяснить ребенку, почему необходимо идти туда. Ему можно

сказать: «Мама и папа хотят, чтобы ты стал умным и встретился с новыми друзьями». Расскажите ребенку о том, как интересно будет ему в школе. Какие

замечательные вещи он узнает там. А вечером вы вновь встретитесь и вместе проведете время.

Признавайте право ребенка на ошибки и неудачи. Постарайтесь показать, что родители ценят усилия и старания, а не получаемые оценки. Отмечайте малейшие успехи и достижения, и ни в коем случае не сравнивайте ребенка с другими детьми. Он должен быть уверен, что в него верят, и он непременно справится со всеми трудностями.

Не нагружайте школьника многочисленными кружками и секциями. А чтобы он больше успел и не устал, ему необходимы четкий распорядок дня и продуманный отдых, желательно на свежем воздухе.

низкий интеллект и трудности в обучении. Низкие способности обуславливают и более низкую обучаемость ребенка. Плохая успеваемость формирует низкую самооценку: «Я хуже других», которая в одном случае может способствовать формированию роли жертвы, а в другом — насильственному поведению как варианту компенсации.

Игра «Поиски заветного клада» предполагает нарисовать заранее вместе с ребенком план вашей квартиры. Ребенку объясните, что данный рисунок — это вид сверху и эта своеобразная «карта» на которой красным крестиком изображено место, где спрятан клад. Клад в данном случае — это игрушка или сладость, которую прячут родители.

Игра «Сонный паровозик» позволяет ребенку окунуться в мир своих ощущений, довериться другому человеку. Смысл игры — добраться из точки «А» в точку «Б» с завязанными глазами, полностью доверившись тому, кто вас поведет. Для этого ребенок и взрослые выстраиваются в ряд и каждому завязываются глаза, кроме первого. Поводырь говорит второму, что делать: нагнуться, поднять ногу, подпрыгнуть, а тот — сообщает следующему. Каждый паровозик повторяет действия предыдущего и старательно одолевает препятствия, двигаясь вперед и держа своего товарища за плечи.

Игра «За стеклом». Ребенок должен угадать по выражению лица то, что пытается до них донести взрослый