***Советы психолога***

Если случилось, так что ребенок стал жертвой травли со стороны одноклассников, психологи советуют следующие шаги.

**Детям**

* Постарайтесь понять, что вы не виноваты в таком отношении со стороны другого ребенка. Помните, что пристают чаще всего к необычным, интересным людям, которые чем-то отличаются от других. Если вас задирают, значит, вы интересная личность, лучше, а не хуже других.
* Воспитывайте в себе характер. Не реагируйте на обиду слишком эмоционально. Агрессор не дождется ваших слез или криков и просто отстанет, ему будет не интересно вас преследовать.
* Никогда нельзя замыкаться в себе и из чувства ложной солидарности покрывать обидчика. Обязательно поделитесь с другими вашими проблемами. Это важно! Лучше всего, если это будут родители. Если по каким-то причинам с родителями вы говорить на эту тему не хотите, найдите человека, которому доверяете (старшие брат или сестра, бабушка, родители друзей).

*Помните*: просить помощи – это не слабость, а решение зрелого человека, попавшего в беду.

**УЧИТЕЛЯМ**

Советы для преподавательского состава приведены в разделе «Как бороться с буллингом». Главная рекомендация - во избежание тяжелых последствий, не прятать голову в песок и бить тревогу при малейших подозрениях на буллинг.

**РОДИТЕЛЯМ**

Дети редко признаются открыто в том, что на них нападают в школе. Поэтому родителям необходимо самим обращать внимание на все изменения в поведении ребенка.

*О том, что ваш малыш стал жертвой травли, могут говорить следующие признаки:*

* Повышенная тревожность.
* Плохой сон.
* Нежелание идти в школу.
* Явные признаки-синяки и ссадины на теле и лице.
* Слезливость, или несвойственная резкость, грубость.
* Подавленное состояние.

В случае, когда факты буллинга стали известны, необходимо поддержать ребенка. Самая большая ошибка сказать: «Доигрался» или «Сам виноват». Больше ребенок доверять вам не станет. Оставайтесь внешне спокойными, похвалите малыша, что он честно с вами поделился проблемой.

Дайте понять, что вы всегда на его стороне, чтобы ни случилось сейчас или в будущем. Покажите готовность помочь и решить вопрос, ребенок сразу успокоится и станет увереннее. Далее следует начать действия по выяснению ситуации с педагогами, классным руководителем, родителями обидчика вашего ребенка. Уточнив причины, ставшие основанием для травли необходимо поговорить с ребенком, разъяснив ему дальнейшие действия и линию поведения.

Если случай запущен и коррекции не поддается, то крайней мерой для защиты малыша и исключения его психологического травмирования может стать переход в другую школу. К сожалению, бывают и такие случаи, когда ни беседы, ни постановка на учет в КДН не оказывают влияния на буллера и он продолжает агрессию.