

## Уважаемые родители!

Мы готовы ответить на вопросы, связанные с развитием и образованием ваших детей, и оказать вам консультативную помощь на безвозмездной основе.

Услуги психолого-педагогической, методической и консультативной помощи по вопросам развития, обучения и воспитания ребенка оказываются опытными и высококвалифицированными специалистами: методистами, учителями, воспитателями, психологами, социальными педагогами, логопедами и дефектологами.

Специалисты будут работать с вами по вашему запросу и по интересующей вас тематике.

Вы сможете оценить качество оказанной услуги:

- заполнив анкету при встрече со специалистом;
- направив отзыв через сайт службы

Нам важно ваше мнение!

Мы надеемся на активное сотрудничество с вами!

8-800-700-24-04

<http://nach/kras-do.ru>

email: [sluzhba.konsultirovaniya@bk.ru](mailto:sluzhba.konsultirovaniya@bk.ru)

Изготовлено за счет гранта в рамках реализации мероприятия Государственная поддержка некоммерческих организаций в целях оказания психолого-педагогической, методической и консультативной помощи гражданам, имеющим детей» федерального проекта «Поддержка семей, имеющих детей» национального проекта «Образование»

## Контакты:

660043, г. Красноярск,  
ул. Гагарина, д. 48а  
Телефон: +7 (963) 268-10-90

662600, г. Минусинск,  
ул. Ботаническая, д. 32, стр. 2  
Телефон: +7 (963) 268-10-82

662100, г. Ачинск,  
ул. Манкевича, д. 48  
Телефон: +7 (963) 268-10-52

664614, г. Канск,  
ул. Куйбышева, д. 5  
Телефон: +7 (963) 268-10-53

662544, г. Лесосибирск,  
ул. Победы, д. 39  
Телефон: +7 (963) 268-10-77



<http://kraicentr.ru>  
<https://vk.com/kcpmss>  
<https://www.facebook.com/kcpmss/>  
<https://www.instagram.com/kcpmss/>

#Видим\_вселенную\_в\_каждом\_ребенке



Национальный проект  
«Образование»

Образование

Региональный проект  
«Поддержка семей,  
имеющих детей»



РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ:  
ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ  
ВАШ РЕБЕНОК СТАЛ ЖЕРТВОЙ  
ПРИТЕСНЕНИЯ (БУЛЛИНГА)



Служба консультативной помощи  
родителям (законным представителям)  
по вопросам развития и образования детей  
КГБУ «Краевой центр психолого-медико-  
социального сопровождения»

Большинство детей стесняются признаться в том, что над ними издеваются. Они могут никому об этом не рассказывать. Если ваш ребенок все-таки пришел к вам за помощью, отнеситесь к этому серьезно, иначе второй раз он уже к вам не обратится.

### Как реагировать на сообщение ребенка о насилии?

1. Попробуйте оставаться спокойными.
  2. Выясните, насколько велика угроза для жизни ребенка.
  3. Успокойте и поддержите 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».
  4. Не думайте, что ребенок обязательно ненавидит своего обидчика.
  5. Отвечайте на вопросы и постарайтесь помочь преодолеть тревоги ребенка.
  6. Продумайте и обсудите тактику оказания помощи и обеспечения безопасности ребенка.
- Если ваш ребенок не обращается к вам за помощью, обратите внимание на следующие признаки, которые свидетельствуют о том, что он стал жертвой буллинга:
- ребенок становится замкнутым;
  - теряет друзей;
  - хуже учится;
  - теряет интерес к занятиям, которые раньше любил;
  - его одежда порвана или испачкана;
  - он приходит домой с синяками;
  - просит больше карманных денег.
- Если вы думаете, что вашего ребенка обижают,

или же ребенок сам вам об этом сказал, вы можете ему помочь. Родители лучше всего влияют на уверенность ребенка в себе и могут обучить его лучшим способам решения проблем.

### Вот как вы можете помочь своему ребенку:

- Поговорите с учителем ребенка, не стоит сразу конфликтовать с родителями обидчика. Если учитель ничего не предпримет, обратитесь к директору.
- Научите ребенка неагрессивным способам противостоять буллингу — пусть он избегает обидчика или уклоняется от него, переключится на общение с друзьями или поговорит с кем-то, кто мог бы ему помочь.
- Помогите ребенку действовать уверенно. Приучите его ходить с расправленными плечами, смотреть другим в глаза, говорить четко и громко.
- Не призывайте детей решать проблемы при помощи кулаков. Ребенок может пострадать во время драки, попасть в неприятности и усугубить конфликт со своими обидчиками.
- Вовлеките ребенка во внешкольные занятия. Тогда у него будет более широкий круг общения и больше друзей.

Некоторых детей постоянно обижают, а других вообще не трогают.

### Почему некоторые дети притягивают обидчиков?

- Дети, которых обижают очень часто:
- Отличаются от других (ростом, национальностью, другими параметрами).
  - Кажутся физически или эмоционально слабыми. Не уверены в себе.
  - Ищут одобрения. Не жалуются на обидчиков.

### Чтобы ребенок не стал жертвой буллинга, посоветуйте ему:

- отыскать себе друга среди одноклассников;
- приглашать одноклассников в гости;
- научиться уважать мнение своих одноклассников;
- находить с ними общий язык;
- не пытаться всегда побеждать в своих спорах с ровесниками, научиться проигрывать и уступать, признавать свою неправоту;
- не задираться, не зазнаваться;
- не показывать свое превосходство над другими;
- не пытаться выделяться среди других, если нет для этого повода;
- не хвастаться ни своими успехами, ни своими электронными игрушками, ни своими родителями;
- не демонстрировать свою элитарность;
- не ябедничать;
- не подлизываться к учителям;
- не действовать наперекор решениям класса, если они не противоречат нравственным нормам;
- не демонстрировать свою физическую силу;
- не показывать свою слабость;
- не взывать к жалости окружающих в связи со своими хроническими заболеваниями или физическими дефектами;
- использовать свои таланты на благо класса и школы, чтобы одноклассники гордились им, а не завидовали.