

Информация для родителей

Безопасность обеспечивается несколькими правилами:

— Контроль. Дети есть дети. Родители ответственны за них. Поэтому регулярно заходите на страницу ребенка, смотрите, кто ему пишет и о чем пишет в открытом доступе. Именно в открытом доступе, как бы вам не хотелось, нельзя проверять личные сообщения ребенка – большой риск потерять доверие.

— Знайте друзей ребенка, одноклассников, интересуйтесь ими. Тогда вы не пропустите появление нового человека в жизни ребенка.

— Следите за настроением ребенка и его изменениями. Если вы видите, что ребенок вчера был веселым, а сегодня чем-то расстроен – не смахивайте это на подростковый кризис и детские капризы. Поговорите, узнайте, что случилось, не преуменьшайте его переживания, а, наоборот, расскажите похожие случаи из вашей жизни.

— Если вы знаете, что ребенок собирается встречаться с новым другом или новой компанией, обязательно участвуйте в этом: пригласите домой, отвезите ребенка до места встречи, поговорите с родителями других детей. Знайте, где он и с кем.

— Ну и конечно, предупрежден — значит, вооружен: ребенка необходимо просвещать. Вы обучаете ребенка вежливости, конструктивному общению в реальности, так почему же не напомнить ему и про виртуальное. Для этого есть специальные курсы по безопасности, или вы можете сделать это сами – кто такие незнакомые люди, какие у них могут быть цели, как правильно с ними общаться. И просвещение должно идти по разным направлениям – физиология, психология, детей постарше можно посвятить в юридические вопросы.

Кибер-буллинг

Кибер-буллинг – это травля в интернете: употребление агрессивных, оскорбляющих и даже угрожающих сообщений. Такая виртуальная травля так же, как и обыкновенная травля одноклассников, может нанести серьезную травму ребенку. *Более 70% детей подвергались травле. Это значит, в классе из 30 человек минимум трое подвергались кибер-буллингу.*

Вдруг ребенок страдает от этого? Как узнать?

Нужно быть внимательным, нужно увидеть. Ребенок меняется – настроение, общение, время, проводимое в интернете, увеличится или резко сократится. Вы заметите реакцию на новые сообщения (вздрагнет, покраснеет, изменится взгляд) и т.д. Внимательность – вот ваш помощник, а вы – помощник ребенка, так как ресурс ребенка в его семье.

Чаще всего ребенок не виноват в таком отношении, даже если он не похож на других, не такой как все. Это не повод для враждебного отношения детей к нему. Может сработать групповая динамика: дети объединяются, они чувствуют себя сильнее, справедливее, они хорошие, а тот, против кого они объединились, плохой. Чтобы защитить пострадавшего ребенка, нужно найти и привлечь авторитетного взрослого, его участие в этом процессе — почти 100% залог успеха. Это могут быть учителя, психологи, родители, тренеры.

Если ребенок пострадал от буллинга, работа должна идти системно.

С пострадавшим от буллинга ребенком.

Необходимо участие всех взрослых – учителя и классного руководителя в школе, родителей детей-агрессоров. В семье нужно поддержать ребенка, научить конструктивному общению: на провокации не отвечать, не участвовать в подобных мероприятиях, понимать свои границы. Родители учат ребенка самооценке, критичному отношению к мнению других о себе: то, что думают обо мне другие, не влияет на мое мнение о себе. Важно не сравнивать ребенка с другими, не искать ему конкурента, уважать его выбор, выслушивать его точку зрения и учить навыкам коммуникации. Возвращаюсь к семейным принципам доверия, границ и критического мышления.

С буллерами.

Это другая сторона системного процесса. К сожалению, дети примеряют на себя разные маски – и плохие, и хорошие. Примерив одну, они не всегда могут понять, как чувствуют себя другие. Детям надо рассказывать и об очевидных вещах: если тебя будут обижать, как ты себя будешь чувствовать? Тебе понравится? Ты хочешь, чтобы к тебе так относились? Ты когда-нибудь испытывал подобное? Должны присутствовать ролевые игры на понимание и осознание негативных последствий буллинга с детьми, посягнувшими на другую личность. Необходимо расширять картину мира ребенка.

Что делать, если травлей занимается ваш ребенок?

Какая первая реакция родителей? Отругать! Наказать! Сделать все то, что делать нельзя.

Никогда ребенок, у которого все в порядке (его любят, у него есть понимание, доверие, собственное время, к нему предъявляют посильные требования, в семье нет проблем), не будет этого делать. Поэтому нужно остановиться и проанализировать то, что происходит в жизни ребенка. Как семья на него влияет, когда последний раз разговаривали с ребенком по душам, когда был совместный досуг, есть ли у ребенка свое время, не перегружен ли он. И еще, следует обратить внимание, что происходит в отношениях между супругами, или в отношении с другим ребенком, не лежит ли на ребенке чрезмерная ответственность. Когда последний раз родители обнимали ребенка, целовали? Какими словами его встречают и провожают?

Многие дети, занимающиеся травлей, сами были жертвами буллинга. Сейчас они отрабатывают свою травму. Знают ли об этом их родители?

Итак, не следует обвинять, необходимо устанавливать контакт. Обсуждайте и рассказывайте на примере кино, книг, а лучше всего — на примере из своей жизни.

Нужно привлекать школьных психологов и учителей.

Помните об универсальных шагах: цель разговора, время для беседы, не обвинительный контакт, обращение к точке зрения ребенка, т.е. к вопросу, рассуждению.