

ПРИЗНАКИ БУЛЛИНГА

1

Физические признаки

Синяки, царапины, ссадины, поврежденные вещи, частые жалобы на боли без очевидных причин



2

Эмоциональные всплески

Раздражительность, подавленность, слезы, пассивная агрессия, нервные тики, низкая самооценка

3

Социальная изоляция

Избегание общения, одиночество, отказ от школьных мероприятий, погруженность в социальные сети и игры



4

Изменения в поведении и внешности

Снижение успеваемости, пропуски занятий, потеря вещей, запущенный вид, повышенный интерес к самообороне и оружию



5

"Аллергия" на школу

Головная боль или тошнота при мыслях о школе, нежелание посещать занятия, жалобы на здоровье перед уроками

2024
ГОД СЕМЬИ



здоровое поколение
ВСЕРОССИЙСКИЙ СОЦИАЛЬНЫЙ
БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ПРОЕКТ

1. Спокойная, уединенная обстановка поможет ребенку открыться.
2. Начните с открытых вопросов. "Как ты себя чувствуешь? Что происходит в школе?"
3. Обращайте внимание на невербальные сигналы. Жесты и мимика расскажут больше, чем слова.
4. Слушайте активно. Покажите ребенку, что его переживания важны.
5. Избегайте обвинений: вместо "Почему ты не рассказывал?" спросите "Как ты себя чувствовал в этой ситуации?"
6. Приводите примеры. Расскажите, как другие справлялись с похожими проблемами.
7. Укрепляйте доверие. Дайте понять: вы всегда поддержите, независимо от ситуации.
8. Объясните, как важно делиться. Говорить о проблемах — первый шаг к решению.
9. Расскажите о последствиях буллинга. Поговорите об эмоциональном и социальном влиянии на обидчика и жертву.
10. Поддержите веру в решение. Завершите разговор словами: "Мы с тобой, мы справимся вместе."