**ЯК БАТЬКАМ ПРОТИСТОЯТИ БУЛІНГУ**

Якщо ваша дитина часто приходить з ліцею із синцями, виглядає пригніченою, тривожно спить, має зіпсовані особисті речі, боїться ходити до закладу освіти, то можливою причиною цього є булінг.

[#Булінг](https://www.facebook.com/hashtag/%D0%B1%D1%83%D0%BB%D1%96%D0%BD%D0%B3?__eep__=6&__cft__%5b0%5d=AZWyhRfLwC8Lz_Y7_i53TnH7z-vHPxl02oPRztkyxaJaBxSZ4ejtIGhTpSQ8n6X9Dolp5_sz12-NnVo0QRuk5CDHh5u0toDhIoQItHIUXT4ll0pclB-TRofbyER2AgFH1w-Uh4DK3s4NBPG1S9WJ5HS6&__tn__=*NK-R) – агресивна поведінка однієї дитини або групи дітей до іншої, яка часто супроводжується фізичним та психологічним насиллям. Звичайно, одноразовий конфлікт не є булінгом, на відміну від тривалих агресивних дій. Близько 80% українських дітей піддаються булінгу, навіть не усвідомлюючи цього.

До найпоширеніших видів булінгу належать: фізичний (штовхання, підніжки, нанесення тілесних пошкоджень); психологічний (поширення образливих чуток, погрози, шантаж); економічний (крадіжки, пошкодження особистих речей, вимагання грошей); сексуальний (принизливі погляди, образи сексуального характеру); кібербулінг (приниження в Інтернеті).

Поради батькам, як протидіяти булінгу:

Заохочуйте до дружби.

Розкажіть дитині, що таке булінг.

Розмовляйте з дитиною часто та відверто.

Станьте взірцем для дитини.

Допоможіть розвинути в собі впевненість.

Застерігайте від передачі інформації в соціальній мережі та розказуйте про правила поведінки в ній.

Обговорюйте усі конфлікти у ліцеї.

Поради батькам, діти яких агресують:

Відверто поговоріть з дитиною про те, що відбувається, з’ясуйте мотивацію її поведінки.

Уважно вислухайте дитину.

Поясніть дитині, що її дії можуть бути визнані насильством, за вчинення якого настає відповідальність.

Наполегливо попросіть дитину припинити таку поведінку, але не погрожуйте обмеженнями й покараннями.

Зверніться до практичного психолога ліцею і проконсультуйтеся щодо поведінки своєї дитини під час занять.

Якщо ж ви стали свідком булінгу, не будьте байдужими, втрутьтеся та допоможіть дитині. **Зупинимо булінг разом!**

[#СтопБулінг](https://www.facebook.com/hashtag/%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BF%D0%B1%D1%83%D0%BB%D1%96%D0%BD%D0%B3?__eep__=6&__cft__%5b0%5d=AZWyhRfLwC8Lz_Y7_i53TnH7z-vHPxl02oPRztkyxaJaBxSZ4ejtIGhTpSQ8n6X9Dolp5_sz12-NnVo0QRuk5CDHh5u0toDhIoQItHIUXT4ll0pclB-TRofbyER2AgFH1w-Uh4DK3s4NBPG1S9WJ5HS6&__tn__=*NK-R)