**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)