**ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

***Жертва буллинга:***

* не приводит домой кого-либо из одноклассников или сверстников и постоянно проводит свободное время дома в пол­ном одиночестве;
* не имеет близких приятелей, с которыми проводит досуг (спорт, компьютерные игры, музыка, долгие беседы по телефону);
* одноклассники редко приглашают его на дни рожде­ния, праздники или, он сам никого не приглашает к себе, потому что боится, что никто не придёт;
* по утрам часто жалуется на головные боли, расстрой­ство в желудке или придумывает какие-либо причины, чтобы не идти в школу;
* задумчив, замкнут, ест без аппетита, неспокойно спит, плачет или кричит во сне;
* у него наблюдается пессимистичное настроение, мо­жет говорить о том, что боится ходить в школу или покончит жизнь самоубийством;
* выглядит неудачником, в его поведении просматри­ваются резкие перемены в настроении. Злость, обиду, раздраже­ние, вымещает на родителях, родственниках, более слабых объ­ектах (младшие братья и сестры, домашние животные);
* выпрашивает или тайно крадёт деньги, внятно не объясняя причину своего проступка. Особую тревогу стоит про­являть в том случае, если исчезают крупные суммы денег, доро­гие вещи, украшения. Деньги могут быть использованы на откуп от вымогателей, покупку алкоголя, наркотиков;
* приходит домой с мелкими ссадинами, ушибами, его вещи выглядят так, словно кто-то ими вытирал пол. Книги, тет­ради, школьная сумка находятся в аварийном состоянии;
* выбирает нестандартную дорогу в школу.

***Обидчик (булли):***

* вспыльчив, неуравновешен (дерётся, обзывается, ябед­ничает, кусается);
* типичным агрессором, как правило, является ребёнок, более физически развитый, чем его сверстники, имеющий про­блемы с успеваемостью;
* ребёнок с завышенной самооценкой, постоянно всту­пает в споры, конфликты со сверстниками и взрослыми;
* в раннем возрасте начинает проявлять асоциальное поведение (курить, прогуливать уроки, пробовать алкоголь, наркотики, вымогать деньги у одноклассников и младших школьников);
* приносит домой дорогие безделушки, имеет собствен­ные деньги, не объясняя причину их появления;
* группируется со старшими подростками;
* имеет садистские наклонности;
* в мгновение ока переходит от довольства к злобе;
* в игре навязывает друзьям свои правила;
* злопамятен на мелкие обиды, вместо того, чтобы за­бывать их;
* игнорирует указания и легко раздражается;
* ведёт себя так, будто ищет повод к ссоре;
* не уважает родителей или не считается с ними, осо­бенно с мамами.

Школьное насилие оказывает на детей прямое и косвенное влияние. Длительное воздействие сказывается на собственном «Я» ребёнка: падает самооценка, чувствуют себя затравленными, отстранёнными, боятся новых взаимоотношений. Также характерны невротические расстройства, депрессия, нарушение сна и аппетита, формируются посттравматические расстройства.

Несмотря на то, что жертвы зачастую хранят молчание, их страдания может выдать смена настроения и поведения. Жертвы буллинга чувствуют беспомощность и подавленность под влиянием, которое оказывает хулиган. Это приводит к чувству опасности, возросшему страху, потере уверенности и, следовательно, к снижению самоуважения. Таким образом, жертва становится более ранимой. В крайних случаях буллинг может привести к самоубийству.

В отдельных случаях эти признаки и симптомы необязательно указывают на то, что ученик подвергается буллингу. Тем не менее, если эти признаки наблюдаются комплексно или повторяются, необходимо дальнейшее расследование с целью определения причин, оказывающих влияние на ученика.

Бдительность взрослых по отношению к любым изменениям в поведении является ключевым фактором вмешательства на ранней стадии.