**Психологическая травля (моббинг)**

******

**Родители в силах помочь ребенку**

 **и предотвратить травлю его в школе:**

1. Роль родителей в данном случае, заключается в том, чтобы **поддерживать у ребенка адекватную самооценку**. Не подвергать его постоянной опеке либо не проявлять чрезмерную властность над ребенком.

2. Родителям рекомендуется **интересоваться не столько учебными достижениями (оценками), но и как прошел день**. Какие у него отношения со своими одноклассниками и учителями, участвует ли в мероприятиях класса. Общается ли он со старшими или младшими детьми. Если вы заметили что есть, какие-либо проблемы, серьезно отнеситесь к ним. Проведите искреннюю беседу с ребенком, при необходимости обратитесь к педагогам.

3. Если конфликт не масштабный – затрагивающий только двух детей,**позвольте ребенку самому разрешить его**. Пусть он научится отстаивать свои интересы.

4. В случаях, когда травля уже началась и **в ваших силах устранить причины ее возникновения, помогите ему**:

* Если, предположим, обзывают из-за [пышных форм](http://www.odnadama.ru/deti/igry-s-detmi-na-prirode-letom-kak-my-veselo-provodi-vremya-semej-na-svezhem-vozduxe/), запишите своего чада на посещение спортивного зала, позаботьтесь о его здоровом и менее калорийном питании.
* Если ребенок ведет себя неуверенно – помогите ему почувствовать себя уверенней. Договоритесь с педагогом, чтобы ваш ребенок постоянно участвовал в общественных мероприятиях — это поможет стать более коммуникабельным и уверенным. Поинтересуйтесь, какие дополнительные занятия посещают его друзья, наверняка ему захочется влиться в их коллектив. Запишите его на одно из таких занятий. Здесь он может больше общаться со своими одноклассниками и установить хорошие отношения с ними.
* В сложных случаях, когда ученик становится изгоем в классе – привлекайте к данной проблеме учителей и школьных психологов. Оказание своевременной профессиональной помощи будет вам кстати.

**Помните:**

**ребенок всегда должен ощущать поддержку**

**и любовь с вашей стороны.**