

Перше, що треба зрозуміти – діти неохоче розповідають про цькування у школі, а тому не слід думати, що у перший же раз, коли ви спитаєте її про це, вона відповість вам чесно. Тому **головна порада для батьків** – бути більш уважними до проявів булінгу.

Якщо ваша дитина стала замкнутою, вигадує приводи, щоб не йти до школи, перестала вчитись, то поговоріть з нею. Причина такої поведінки може бути не у банальних лінощах. Також до видимих наслідків булінгу відносять **розлади сну, втрату апетиту, тривожність, низьку самооцінку**. Якщо дитину шантажують у школі, вона може почати просити **додаткові гроші на кишенькові витрати**, щоб відкупитись від агресора.

Якщо цькуванню піддають вашу дитину, то **обережно почніть з нею розмову**. Дайте зрозуміти, що вам можна довіряти, що ви не будете звинувачувати її у тому, що вона стала жертвою булінгу.

Розкажіть дитині, що **немає нічого поганого** у тому, щоб повідомити про **агресивну поведінку** щодо когось учителю або принаймні друзям. Поясніть різницю між “пліткуванням” та “підкуванням” про своє життя чи життя друга/подруги.

Також не слід у розмові з дитиною **використовувати такі сексистські кліше**, як "хлопчик має бути сильним та вміти постояти за себе", "дівчинка не повинна сама захищатись" та інші. Це тільки погіршить ситуацію.