**Ата-аналарға арналған жадынама**

**Қоғамдағы қорқыту мәселесі**

**Қорқыту (буллинг)** – бұл әлеуметтік проблема, ол балалар мен жасөспірімдер арасында терең тамыр жайып, олардың психологиялық, эмоционалдық және физикалық денсаулығына теріс әсер етуі мүмкін. Қорқыту – бұл бір немесе бірнеше адамның басқа адамдарды жүйелі түрде зәбірлеу, қорқыту, мазақ ету немесе әлеуметтік оқшаулау.

**Қорқыту түрлері:**

1. **Физикалық қорқыту**:
   * Дене күшін қолдану, шабуыл жасау, заттарды тартып алу.
2. **Вербальды қорқыту**:
   * Мазақ ету, insults, қорлау, ұятқа қалдыру.
3. **Әлеуметтік қорқыту**:
   * Топтан шығарып тастау, қауесет тарату, адамдар арасындағы қарым-қатынасты бұзу.
4. **Кибербуллинг**:
   * Интернетте, әлеуметтік желілерде, мобильді құрылғыларда қорлау, мазақ ету.

**Қорқыту белгілері:**

* Оқушының мінез-құлқындағы өзгерістер: агрессивтілік, тұйықтылық, жылау, оқу үлгерімінің нашарлауы.
* Оқушының сабаққа барудан бас тартуы, мектепке деген қызығушылығының төмендеуі.
* Оқушының физикалық жарақаттары (соққы, зәбір).

**Ата-аналар ретінде біздің рөліміз:**

1. **Бақылау**:
   * Баланың мінез-құлқына, эмоцияларына және қарым-қатынастарына назар аудару.
2. **Ашық қарым-қатынас**:
   * Баламен тұрақты түрде сөйлесу, олардың сезімдері мен проблемаларын тыңдау.
3. **Білім беру**:
   * Балаларға қорқыту туралы ақпарат беру, оны тану және қарсы тұру жолдарын үйрету.
4. **Қолдау көрсету**:
   * Егер бала қорқытуға ұшыраса, оған қолдау көрсету, оны қорғау.
5. **Мектеппен ынтымақтастық**:
   * Мұғалімдермен және мектеп психологтарымен байланыста болу, проблемаларды бірге шешу.

**Қорқыту мәселесін алдын алу үшін ұсынымдар:**

* Баланы достық, қолдау көрсету мен өзара құрмет негізінде қарым-қатынас құруға тәрбиелеу.
* Эмоционалды интеллекті дамыту: өз эмоцияларын білдіру, басқа адамдардың сезімдерін түсіну.
* Оқушыларды топтық жұмыстарға тарту, достық қарым-қатынастарды нығайту.

**Есіңізде болсын:** Қорқыту мәселесі тек мектепте ғана емес, жалпы қоғамда маңызды. Балаларымыздың қауіпсіз, қуанышты және жайлы ортада өсуіне ықпал ету – біздің жауапкершілігіміз.