

Как быть, если мой ребенок буллер:

Среди буллеров часто встречаются дети, пережившие насилие или травмирующее событие. Иногда это нарциссы, желающие повысить самооценку за счет других людей.

Если ваш ребенок — агрессор, не ругайте его, а спокойно поговорите, чтобы выяснить изначальную причину такого поведения. Не исключено, что за его стремлением подавлять других кроется крупная психологическая проблема.

Важно выяснить причину его действий, показать ребенку, что вы на его стороне: говорите честно, не давите, не обвиняйте и показывайте, что готовы его защитить, а после, если необходимо, подключите психолога. Наверняка со временем подросток пересмотрит отношение к другим и поймет, что агрессия к другим не решит его проблемы.

Специалист научит ребенка принимать ответственность за свои действия, расскажет, почему важно и нужно извиняться за причиненный кому-то вред, и подскажет, как совладать с агрессией.

Предложите ребенку дополнительные занятия, на которых он сможет выпускать негативную энергию. Это могут быть единоборства, плавание, теннис или другие виды физической активности.