

Пам'ятка для батьків

«Булінг в освітньому процесі. Що робити батькам»

ЩО ТАКЕ БУЛІНГ ТА ЯКІ ЙОГО ПРИЧИНИ

Булінг – це агресивна і вкрай неприємна поведінка однієї дитини або групи дітей по відношенню до іншої дитини, що супроводжується постійним фізичним і психологічним впливом.

Булінг може проявлятися як тиск:

- психологічний
- фізичний

Кривдники можуть знайти безліч причин щоб цькувати дитину: зовнішність, що не вписується у загальноприйняті рамки, поведінка, думки, які не збігаються з думкою більшості, тощо.

Яскравими прикладами булінгу є словесні образи, навмисне неприйняття дитини до колективу, шантаж та навіть побиття.

«Матеріальні можливості та навіть особливості характеру можуть стати основою для булінгу. Крім того, жертвою булінгу може стати також той, кому складно спілкуватися з однолітками, хто поводить себе відлюдкувато чи, навпаки, провокативно»

Частіше за все люди, що цькують, вважають, що це смішно і в цьому немає великої проблеми чи трагедії, а також, що дорослі не будуть звертати на це увагу.

Часто діти застосовують і фізичний, і психологічний тиск на жертву. Наприклад, образи, приниження, ігнорування, непоступливість, погрози побиття під час ігор.

Як міняється поведінка дитини:

Дитина – жертва булінгу поводить себе не звично. Якщо раніше вона охоче відвідувала дитячий садок, то тепер такта дитина:

- не хоче одягатися вранці
- шукає собі будь-яку справу вдома, аби не йти до дитячого садка;
- просить батьків забрати її з дитячого садка раніше.
- плаче – вигадує хворобу
- не контактує з однолітками у дворі;
- грає наодинці
- в дитячому садку не бере участь у сюжетно-рольових та рухливих іграх
- усамітнюється при будь-якій нагоді
- грає поламаними іграшками
- не має друзів у групі.

ЯК ВІДРІЗНИТИ БУЛІНГ ТА СВАРКУ МІЖ ДІТЬМИ

Булінг супроводжується реальним фізичним чи психологічним насиллям: жертву висміюють, залякують, дражнять, шантажують, б'ють, псувають речі, бойкотують.

У ситуації булінгу завжди беруть участь три сторони: той, хто переслідує, той, кого переслідують та ті, хто спостерігають.

Якщо булінг відбувся, він може повторюватися багато разів.

ЯК ЗРОЗУМІТИ, ЩО ВАШУ ДИТИНУ ПІДДАЮТЬ ЦЬКУВАННЮ

Перше, що треба зрозуміти – діти неохоче розповідають про цькування, 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 закладу, 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 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. Поясніть різницю між «пліткуванням» та «підбуванням» 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.

ЯК ДОПОМОГТИ ДИТИНІ, ЯКА ЦЬКУЄ ІНШИХ

Ми вже казали, що в ситуації булінгу завжди беруть участь три сторони, а тому, коли ви дізнались про цькування, не слід забувати про тих, хто ображає. Психологи зауважують, що дитині, яка булить інших, увага та допомога потрібна не менше, ніж тій, яка страждає від булінгу.

Відверто поговоріть з нею про те, що відбувається, з'ясуйте як вона ставиться до своїх дій і як реагують інші діти. Ви можете почути, що «всі так роблять», або «він заслуговує на це». Уважно вислухайте і зосередтеся на пошуці фактів, а не на своїх припущеннях.

Не применшуйте серйозність ситуації такими кліше, як «хлопчики завжди будуть хлопчиками» або «глузування, бійки та інші форми агресивної поведінки — просто дитячі жарти і цілком природна частина дитинства».

Ретельно поясніть, які дії ви вважаєте переслідуванням інших. До них відносяться: цькування, образливі прізвиська, загрози фізичного насильства, залякування, висміювання, коментарі з сексуальним підтекстом, бойкот іншої дитини або підбурювання до ігнорування, плітки, публічні приниження, штовхання, плювки, псування особистих речей, принизливі висловлювання або жести.

Спокійно поясніть дитині, що її поведінка може завдати шкоди не тільки жертві, а й усім оточуючим. І щодалі це заходитиме, тим гірше булінг впливатиме на всіх учасників.

Дайте зрозуміти дитині, що агресивна поведінка є дуже серйозною проблемою, і ви не будете терпіти це в майбутньому. Чітко і наполегливо, але без гніву, попросіть дитину зупинити насильство. Скажіть дитині, що їй потрібна допомога, а тому ви тимчасово триматимете зв'язок з педагогом, щоб упевнитись — дитина намагається змінити ситуацію.

Загрози і покарання не спрацюють. Можливо, на якийсь час це припинить булінг, та в перспективі це може тільки посилити агресію і невдоволення. Буде зайвим концентрувати увагу на відчуттях дитини, яку булять. Той, хто виявляє агресію, як правило відсторонюється від почуттів іншої людини.

Пам'ятайте, що агресивна поведінка та прояви насильства можуть вказувати на емоційні проблеми вашої дитини та розлади поведінки.

ВІДПОВІДАЛЬНІСТЬ

Доки дитині не виповнилось 18 років, відповідальність за її вчинки несуть батьки.

Пам'ятайте: якщо Ваша дитина порушує права іншої дитини, вчиняючи над нею насильство (булінг), батьки можуть бути притягнуті до адміністративної, кримінальної або цивільної відповідальності.

Відповідальність за деякі прояви булінгу настає до досягнення дитиною 18 років – **З 14 РОКІВ**.

ЯКЩО ВИ СТАЛИ СВІДКОМ БУЛІНГУ

- Втрутитися і припинити цькування – булінг не слід ігнорувати;
- Зайняти нейтральну позицію в суперечці – обидві сторони конфлікту потребують допомоги, запропонувати дітям самостійно вирішити конфлікт;
- Пояснити, які саме дії Ви вважаєте булінгом і чому їх варто припинити;
- Уникати в спілкуванні слів «жертва» та «агресор», аби запобігти тавруванню і розподілу ролей;
- Повідомити керівництво навчального закладу про ситуацію, що склалася і вимагати вжити заходів щодо припинення цькування.

Пам'ятайте, що ситуації з фізичним насильством потребують негайного втручання!

ЯКЩО ВАША ДИТИНА СТАЛА ЖЕРТВОЮ БУЛІНГУ

- Зберігайте спокій, будьте терплячими, не потрібно тиснути на дитину;
 - Поговоріть з дитиною, дайте їй зрозуміти, що ви не звинувачуєте її в ситуації, що склалася, готові її вислухати і допомогти;
 - Запитайте, яка саме допомога може знадобитися дитині, запропонуйте свій варіант вирішення ситуації;
 - Поясніть дитині, до кого вона може звернутися за допомогою у разі цькування (психолог, вихователі, керівництво школи, батьки інших дітей);
 - Повідомте керівництво школи про ситуацію, що склалася, і вимагайте належного її урегулювання. Найкраще написати і зареєструвати офіційну заяву, адже керівництво закладу освіти несе особисту відповідальність за створення безпечного і комфортного середовища для кожної дитини;
 - Підтримайте дитину в налагодженні стосунків з однолітками та підготуйте її до того, що вирішення проблеми булінгу може зайняти деякий час.
- Якщо вирішити ситуацію з булінгом на рівні закладу не вдається – повідомте поліцію! Захистіть свою дитину від цькування!