

Поради батькам щодо протидії булінгу

Нині серед студенської молоді надзвичайно загострилася проблема насильства, здійснюваного самими дітьми по відношенню одне до одного, а саме булінгу.

Булінг (від англійської хуліган, забіяка, задирака, грубіян) визначається як утиск, дискримінація, цькування. Цей термін означає тривалий процес свідомого жорстокого ставлення з боку дитини або групи до іншої дитини або інших дітей.

Мотивацією до булінгу стають заздрість, помста, відчуття неприязні, прагнення відновити справедливість; боротьба за владу; потреба підпорядкування лідерові, нейтралізації суперника, самоствердження тощо аж до задоволення садистських потреб окремих осіб.

Багато дітей соромляться розповісти дорослим, що вони є жертвами булінгу. Проте якщо дитина все - таки підтвердила в розмові, що вона стала жертвою булінгу, **то скажіть їй:**

- Я тобі вірю (це допоможе дитині зрозуміти, що Ви на її боці).
- Мені шкода, що з тобою це сталося (це допоможе дитині зрозуміти, що Ви переживаєте за неї і співчуваєте їй).
- Це не твоя провина (це допоможе дитині зрозуміти, що її не звинувачують у тому, що сталося).
- Таке може трапитися з кожним (це допоможе дитині зрозуміти, що вона не самотня: багатьом її одноліткам доводиться переживати залякування та агресію в той чи той момент свого життя).
- Добре, що ти сказав мені про це (це допоможе дитині зрозуміти, що вона правильно вчинила, звернувшись по допомогу).
- Я люблю тебе і намагатимуся зробити так, щоб тобі більше не загрожувала небезпека (це допоможе дитині з надією подивитись у майбутнє та відчутти захист).

Якщо Ви маєте підозри, що Ваша дитина страждає від погроз, переслідувань або побиття – не тримайтеся осторонь і не чекайте допоки все налагодиться саме по собі. Станьте на захист, будьте конструктивними та дійте

Кілька порад батькам, щодо протидії булінгу:

1. Поговоріть з дитиною відкрито і доброзичливо, вислухайте її та запевніть, що завжди та попри все Ви на її боці, а ще в тому, що кожна людина має право на повагу і безпеку.

2. Допоможіть дитині зрозуміти, що вона не є ані “ябедою”, ані “наклепником”. Вона смілива людина, яка не боїться говорити правду, щоб захистити себе та інших і, навіть, допомогти виправити ситуацію.

3. Докладно з’ясуйте факти. Занотуйте: що і коли трапилось. Якщо є можливість – зберіть докази.

4. Домовтеся про зустрічі з дорослими, які опікуються Вашою дитиною та дітьми агресорами (з батьками, вчителями, адміністрацією закладу освіти тощо) .

5. На зустрічах – поясніть ситуацію, намагаючись бути максимально спокійним та конструктивним .

6. Спробуйте створити зрозумілий і максимально простий план щодо протидії булінгу.

7. Пам’ятайте, що Ваше пряме втручання, наприклад спроба “виховати” чужу дитину, особливо, якщо йдеться не про доброзичливу розмову, а про погрози такі дії можуть нашкодити та ще більше загострити ситуацію.

8. Дотримуйтеся плану та будьте уважні до власної дитини, її поведінки, реакцій, почуттів.

Протидія булінгу

Якщо Ваша дитина агресор

- Відверто поговоріть з дитиною про те, що відбувається, з’ясуйте мотивацію її поведінки.

- Уважно вислухайте дитину, з повагою поставтеся до її слів.

- Поясніть дитині, що її дії можуть бути визнані насильством, за вчинення якого настає відповідальність.

- Чітко і наполегливо попросіть дитину припинити таку поведінку, але не погрожуйте обмеженнями і покараннями. Повідомте їй, що будете спостерігати за її поведінкою.

- Зверніться до практичного психолога і проконсультуйтеся щодо поведінки своєї дитини під час занять.

- Агресивна поведінка і прояви насильства можуть бути ознакою серйозних емоційних проблем.

Пам'ятайте, дитина-агресор не зміниться відразу! Це тривалий процес, який потребує витримки і терпіння!

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, викладачі, класний керівник, куратор, майстер виробничого навчання, керівництво закладу освіти, здобувачі освіти, батьки інших дітей).
 - Повідомте керівництво навчального закладу 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 навчального закладу не вдається – повідомте поліцію!

Захистіть свою дитину від цькування!