

# БУЛІНГ У ШКОЛІ

БУЛІНГ У ШКОЛІ

# ЩО ТАКЕ БУЛІНГ

- ✘ це навмисне знуцання фізичним, вербальним або психологічним способом. Воно може варіювати від ударів, поштовхів, лайки, погроз і насмішок до вимагання грошей і цінного майна. Деякі діти знуцаються, уникаючи, ігноруючи інших і поширюючи про них неправдиві чутки. Інші використовують електронну пошту, чати, миттєві повідомлення, соціальні мережі й текстові повідомлення, щоб насміхатись над іншими або кривдити їхні почуття.

ЯКЩО ВИ ДУМАЄТЕ, ЩО ВАШУ ДИТИНУ ОБРАЖАЮТЬ АБО Ж ДИТИНА САМА ВАМ ПРО ЦЕ СКАЗАЛА, ВИ МОЖЕТЕ ЇЇ ДОПОМОГТИ. БАТЬКИ НАЙКРАЩЕ ВПЛИВАЮТЬ НА ВПЕВНЕНІСТЬ ДИТИНИ В СОБІ Й МОЖУТЬ НАВЧИТИ ЇЇ НАЙКРАЩИХ СПОСОБІВ ВИРІШЕННЯ ПРОБЛЕМ. ОСЬ ЯК ВИ МОЖЕТЕ ДОПОМОГТИ СВОЇЙ ДИТИНІ:

- ✘ Порозмовляйте з учителем дитини, психологом, не варто відразу конфліктувати з батьками кривдника. Якщо вчитель нічого не зробить, зверніться до директора.
- ✘ Навчіть дитину неагресивних способів протистояти булінгу – нехай вона уникає кривдника або ухиляється від нього, переключиться на спілкування із друзями або порозмовляє з кимось, хто міг би їй допомогти.
- ✘ Допоможіть дитині діяти впевнено. Привчіть її ходити з розправленими плечима, дивитись іншим в очі, розмовляти чітко й голосно.
- ✘ Не закликайте дітей вирішувати проблеми за допомогою кулаків. Дитина може постраждати під час бійки, потрапити в неприємності й поглибити конфлікт зі своїми кривдниками.
- ✘ Залучіть дитину до позашкільних занять. Тоді в неї буде більш широке коло спілкування й більше друзів.

# ЯКЩО КРИВДНИКОМ Є ВАША ДИТИНА

Кожному з батьків складно повірити в те, що їхня дитина ображає інших, але іноді це трапляється. Але якщо вона знущається над іншими зараз, це ще не означає, що вона буде так робити в майбутньому. Батьки можуть допомогти дитині змінитись і почати добре спілкуватися зі своїми однокласниками.

Ваша дитина може бути кривдником, якщо вона:

- × Не співчуває іншим.
- × Цінує агресивність.
- × Любить командувати.
- × Проявляє нахабство переможця, який не любить програвати.
- × Часто свариться із братами й сестрами.
- × Імпульсивна.

# ЯК ЗРОЗУМІТИ, ЩО ВАШУ ДИТИНУ ЗАЛЯКУЮТЬ У ШКОЛІ

- ✘ дитина приходить додому з порваними, пошкодженими або відсутніми шматками одягу, підручників чи інших речей;
- ✘ має нез'ясовані порізи, удари й подряпини;
- ✘ має дуже обмежене коло друзів, з якими проводить час;
- ✘ боїться ходити у школу пішки або їздити на шкільному автобусі та брати участь у різних заходах з однолітками;
- ✘ обирає довгий «нелогічний» маршрут, ідучи в/зі школи;
- ✘ утратила інтерес до шкільної роботи або без всяких причин раптом виконує її погано;
- ✘ коли приходить додому, виглядає сумною, пригніченою, зі сльозами на очах;
- ✘ часто скаржиться на головні болі, болі у шлунку або інші тілесні недуги;
- ✘ погано спить або бачить тривожні, кошмарні сни;
- ✘ проявляє тривогу й занепокоєння, а також страждає від низької самооцінки;
- ✘ утратила апетит.

# БАТЬКАМ СЛІД ПАМ'ЯТАТИ:

- ✘ 1. Найкращий спосіб уникати агресивності підлітка – виявляти до нього більше уваги і ласки, яких він так потребує.
- 2. Батьки мають стежити за своєю поведінкою у сім'ї.
- 3. Найкращий спосіб виховання – єдність дій та власний приклад.
- 4. Не можна використовувати фізичних покарань.
- 5. Допомагайте підлітку знаходити друзів. Заохочуйте розвиток позитивних аспектів агресивності, а саме: підприємливості, активності, ініціативності.
- 6. Перешкоджайте негативним проявам агресивності, зокрема ворожості, скутості.
- 7. Пояснюйте наслідки агресивної поведінки.
- 8. Враховуйте у вихованні і навчанні особистісні риси підлітка.
- 9. Давайте підлітку задовольнити потребу у самовираженні і самоствердженні.
- 10. Обмежуйте перегляд відеофільмів зі сценами насильства. Це стосується і комп'ютерних ігор.
- 11. Заохочуйте підлітка до навчання, до участі у культурних заходах, спортивних секціях.

# БАТЬКАМ НА ЗАМІТКУ.

## Виховання без покарань;

- ✘ Коли ви караєте дитина стає або надто поступливою, або занадто впертою, а найчастіше й схильною до помсти. Вона зосереджується на тому, щоб звести рахунки з тим, хто її покарав, і не думає про наслідки своєї поганої поведінки, про те, який урок необхідно винести для себе.
- ✘ Прямою протилежністю поведінки, контрольованої впливовою особою, є самоконтроль, заснований на ціннісних орієнтаціях самого малюка. Дитина вчиться відповідати за свої вчинки сама і поводитися так, як вважає за необхідне.
- ✘ Будьте гідні наслідування. Навіть у підлітковому віці діти наслідують батьків просто тому, що батьки – це єдина константа в їхньому мінливому світі. Якщо існує невідповідність між тим, що ви кажете, й тим, що ви робите, підліток легко визначить фальш. Тому завжди намагайтесь бути прикладом для наслідування – тим, кого підліток з радістю копіює.

# ЗА БУЛІНГ КАРАТИМУТЬ ВЧИТЕЛІВ, БАТЬКІВ І ДІТЕЙ: ЗАКОНОПРОЕКТ

- ✘ У Верховній Раді зареєстрували законопроект, який передбачає штрафи за булінг! І якщо раніше батьків, ініціаторів і учасників цькування штрафували лише на 51 гривню за неналежне виконання батьківських обов'язків, то тепер суму штрафів хочуть збільшити в рази. І змінити формулювання правопорушення: не хуліганство, а власне булінг.
- ✘ За моральне або фізичне насильство та агресію у будь-якій формі загрожуватиме штраф у сумі від 40 до 850 грн. Подібне стягнення очікує і на батьків кривдника, якщо він малолітній і ще не може відповідати перед законом.
- ✘ За вчинення таких дій із особливою жорстокістю з відносно неповнолітнього будуть стягувати штраф від 1700 до 3400 грн.
- ✘ Будуть карати вчителів – за приховування булінга будуть штрафувати від 850 грн. до 1700 грн.