

Запобігання булінгу

Що повинні робити батьки, якщо в закладі дошкільної освіти відносно їх дитини має місце булінг

} Якщо ви підозрюєте, що ваша дитина піддається в дитячому садку знущанням, дайте їй зрозуміти, що ви зможете їй допомогти, якщо вона докладно розповість про все.

} Порозмовляйте з вихователями. Навіть не дивлячись на те, що в дошкільних закладах дорослі завжди знаходяться поруч з дітьми, за такою великою кількістю малюків, які безперервно бігають навкруги, прослідкувати просто нереально. І, оскільки маленькі хулігани віддають перевагу тому, щоб ображати дітей, коли дорослі не дивляться, важливо порозмовляти з вихователями і ввести їх в курс справи, щоб вони поспостерігали за певними дітьми.

} Заплануйте переговори з батьками. Коли маленькі діти вдаються до булінгу, їхня поведінка частіше за все запозичується з домашнього досвіду, тобто у своїй родині вони можуть стати свідками домашнього насилля, дивитися жорстокі телешоу, чути як їхні брати та сестри висміюють інших дітей або самі бути жертвами насилля. Тож порозмовляйте з адміністрацією закладу і призначте зустріч з батьками маленького хулігана, звернувши їхню увагу на його поведінку.

} Вчіть дитину захищатись від кривдників, розповідати дорослим про те, що сталося, та уникати самотності (бути завжди поруч з іншими дітьми).

} Розширюйте можливості дитини, запропонувавши їй пограти в рольові ігри. Так вона зможе попрактикуватись у тому, що має намір зробити в подібній ситуації наступним разом.

} Зверніться до психологічної служби закладу яка допоможе правильно взаємодіяти всім учасникам освітнього процесу.

ЯК БАТЬКАМ УПОРАТИСЯ З БУЛІНГОМ

Багато батьків вважають, що булінг не така серйозна проблема, як уживання школярами заборонених речовин (тютюну, алкоголю, наркотиків), проте його наслідки можуть бути дуже важкими та тривалими. Булінг негативно впливає не тільки на тих, хто терпить образи та знущання, а й на тих, хто їх завдає.

Діти, яких кривдять у школі, частіше схильні: погано вчитися, мати занижену самооцінку, переживати депресивний стан, проявляти агресивність, щоб захистити себе й помститися своїм кривдникам.

Діти, які ображають інших, частіше схильні: погано вчитися, палити та

вживати алкоголь, скоювати злочини в майбутньому.

Батьки можуть зіграти важливу роль у запобіганні проявів булінгу. Ось кілька порад про це:

} Навчайте дітей вирішувати проблеми конструктивно, без агресивності, хваліть їх, коли в них це виходить, коли вони добре поведуться, це допоможе їм підняти самооцінку.

} Дітям потрібна впевненість у собі, щоб вони могли відстояти свою точку зору.

} Запитуйте в дітей, як пройшов їх день у школі, уважно слухайте, що вони розповідають про шкільне середовище, своїх однокласників і проблеми.

} Серйозно поставтеся до булінгу. Більшість дітей соромляться розповідати, що їх ображають. Можливо, у вас буде тільки один шанс на те, щоб допомогти дитині.

} Якщо ви бачите, що когось ображають, обов'язково заступіться за дитину, навіть якщо кривдником є ваш син чи донька. Закликайте дитину допомагати тим, хто цього потребує.

} Нікого не ображайте самі. Якщо дітей ображають удома, вони будуть зганяти злість на інших. Якщо ваша дитина бачить, що ви ображаєте когось іншого, глузуєте над ним або брешете про когось, вона буде чинити так само.

Якщо кривдником є ваша дитина.

Кожному з батьків складно повірити в те, що їхня дитина ображає інших, але іноді це трапляється. Але якщо вона знущується 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 однолітками.

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.

Що ви можете зробити, щоб допомогти дитині:

} Не сприймайте булінг як щось тимчасове. Якщо вас не хвилює, як це позначиться на вашій дитині, пригадайте про те, що страждає хтось інший.

} Порозмовляйте з дитиною, дізнайтеся, чому вона ображає інших. Дуже часто діти так поведуться, коли відчувають смуток, злість, самотність або невпевненість. Іноді причиною такої поведінки стають якісь зміни вдома, у сім'ї.

} Навчіть дитину співчувати іншим, поясніть їй, як відчувається той, кого ображають.

} Спитайте в педагога або психолога закладу освіти, чи є у вашої дитини якісь проблеми. Може, вона погано засвоює якийсь матеріал або їй складно завести друзів. Спитайте в них, як ви можете допомогти дитині вирішити цю проблему.