

ОЗНАКИ ТОГО, ЩО ДИТИНА ПОТЕРПАЄ ВІД БУЛІНГУ

- Дитина має **ВІДМІННУ РИСУ**, незвичайна зовнішність (заїкається, інвалідність, особливості конституції, зовнішні ознаки).
- Ви помітили **СИНЦІ** на тілі дитини, походження яких вона не може пояснити.
- У дитини мало чи зовсім **НЕМАЄ ДРУЗІВ**, має складнощі спілкування.
- Часто **Є ОСТАННЬОЮ**, кого запросили в гру або в команду.
- Дитина почала часто приходити до дому **В БРУДНОМУ РОЗІРВАНОМУ ОДЯЗІ**.
- Ви помітили, що у дитини зіпсовані підручники, зошити (розірвані, забруднені, ін.).
- Ви помічаєте, що у дитини частіше за звичайне **ЛАМАЮТЬСЯ ІГРАШКИ**, особисті речі.
- Ваша дитина **ПОЧАЛА ГРІШЕ ВЧИТИСЯ**, не хоче ходити до школи, симулює хвороби.
- Ви помітили, що за відсутністю об'єктивних причин дитина **ПОЧАЛА ХОДИТИ ДО ШКОЛИ ІНШИМ ШЛЯХОМ**.
- У дитини прояви **САМОРУЙНУВНОЇ ПОВЕДІНКИ** (травмування).



ОЗНАКИ ТОГО, ЩО ДИТИНА БУЛІТ

- Ваша дитина **ІМПУЛЬСИВНА, ДРАТІВЛИВА**, домінування емоцій.
 - Дитина **ПОТЕРПАЛА ВІД НАСИЛЬСТВА** або була свідком насильства по відношенню до будь-кого з членів родини.
 - Вашій дитині **ПОДОБАЄТЬСЯ САМОТВЕРДЖУВАТИСЯ** і керувати (маніпулює іншими дітьми в іграх).
 - Дитині **НЕ ПОДОБАЄТЬСЯ ПІДКОРЮВАТИСЯ ПРАВИЛАМ**, віддає перевагу насильству для вирішення проблем.
 - Дитина занадто **РОЗБІРЛИВА У СПІЛКУВАННІ**.
 - Ви помічаєте, що ваша дитина **ОТРИМУЄ ЗАДОВОЛЕННЯ ВІД ВИСМІЮВАННЯ** або **БІЙОК** з іншими дітьми.
 - Дитина **ПОВОДИТЬСЯ АГРЕСИВНО** і зухвало.
 - Дитина **ЗАНАДТО КАТЕГОРИЧНА**, розділяє світ на чорне і біле.
 - Дитина легко переходить на **НЕГАТИВНІ СУДЖЕННЯ** або дії по відношенню до інших.
 - Ви помічаєте, що у дитини **НЕСТАБІЛЬНІ СТОСУНКИ** із друзями.
- Якщо ви помітили **принаймні ПЛОВИНУ З ЦИХ ОЗНАК**, то скоріше за все, дитина **ПОТЕРПАЄ** від **БУЛІНГУ** або **БУЛІТЬ**

Що БАТЬКАМ треба

Якщо ваша дитина — ЖЕРТВА:

- Не панікуйте, не лайте дитину і не дорікайте: «Я ж тобі казав...».
- Не треба тут же забороняти дитині спілкування з друзями або онлайн-доступ. Спочатку розберіться у ситуації.
- Подаруйте дитині свій час та підтримку. Слухайте і визнавайте її почуття.
- Додайтеся до друзів своєї дитини у соцмережах. Стежте за оновленнями, які публікує дитина.
- Пам'ятайте, що іноді батьки своїм втручанням можуть ще більше зашкодити ситуації.
- Разом з дитиною пограйтеся в рольову гру, аби проговорити, як вона сама може протидіяти зловмисникам у різних ситуаціях.

- **Найчастіше ЖЕРТВАМИ булінгу СТАЮТЬ ДІТИ, які є «ІНАКШИМИ»** (наприклад, з певними фізичними особливостями або з іншого соціального середовища)

ЗНАТИ і РОБИТИ

Якщо ваша дитина — ЗЛОВМИСНИК:

- Час з'ясувати, чому він так діє? Може, прагне вашої уваги?
- Вчіть дитину емпатії та поваги до інших людей.
- Будьте жорсткими у тому, що ця поведінка — неприйнятна, і дитина буде покарана, якщо не припинить її.

Що ДИТИНІ треба ЗНАТИ і РОБИТИ якщо вона потерпає від булінгу:

- **ПОВІДОМИТИ** своїм батькам або вчителю про будь-яке зловживання по відношенню до неї.
- **ЗБЕРІГАТИ БУДЬ-ЯКІ ДОКАЗИ АГРЕСІЇ**. У випадках кібербулінгу — знімки екрану, текстові повідомлення, електронну пошту та ін.
- Намагатися **НЕ ВТЯГУВАТИСЯ** у жодні **ПЕРЕПАЛКИ**, в тому числі онлайн.
- **ПРИПІНИТИ ВІДПОВІДАТИ** чи спілкуватися зі зловмисником. Заблокувати, забанити його.