

ЯК БАТЬКАМ ПРОТИСТОЯТИ БУЛІНГУ

Якщо ваша дитина часто приходиться зі школи із синцями, виглядає пригніченою 😞, тривожно спить 😟, має зіпсовані особисті речі, боїться ходити до школи 😞, то можливою причиною цього є булінг.

#Булінг – агресивна поведінка однієї дитини або групи дітей до іншої, яка часто супроводжується фізичним та психологічним насиллям. Звичайно, одноразовий конфлікт не є булінгом, на відміну від тривалих агресивних дій. Близько 80% українських дітей піддаються булінгу, навіть не усвідомлюючи цього.

До найпоширеніших видів булінгу належать: 🦊 фізичний (штовхання, підніжки, нанесення тілесних пошкоджень); 🧑 психологічний (поширення образливих чуток, погрози, шантаж); 💰 економічний (крадіжки, пошкодження особистих речей, вимагання грошей); 🚫 сексуальний (принизливі погляди, образи сексуального характеру); 🖥 кібербулінг (приниження в Інтернеті).

!! Поради батькам, як протидіяти булінгу:

- Заохочуйте до дружби.
- Розкажіть дитині, що таке булінг.
- Розмовляйте з дитиною часто та відверто.
- Станьте взірцем для дитини.
- Допоможіть розвинути в собі впевненість.
- Застерігайте від передачі інформації в соціальній мережі та розкажіть про правила поведінки в ній.
- Обговорюйте усі шкільні конфлікти.

!! Поради батькам, діти яких агресують:

- Відверто поговоріть з дитиною про те, що відбувається, з'ясуйте мотивацію її поведінки.
- Уважно вислухайте дитину.
- Поясніть дитині, що її дії можуть бути визнані насильством, за вчинення якого настає відповідальність.
- Наполегливо попросіть дитину припинити таку поведінку, але не погрожуйте обмеженнями й покараннями.
- Зверніться до шкільного психолога і проконсультуйтеся щодо поведінки своєї дитини під час занять.

Якщо ж ви стали свідком булінгу, не будьте байдужими, втруťтеся та допоможіть дитині. Зупинимо булінг разом!

Світ без насильства

Насильство — це не проблема однієї людини, це проблема спільноти.

Якщо ми не реагуємо — ми дозволяємо йому бути.
Але коли ми говоримо, підтримуємо, допомагаємо —
ми зупиняємо коло насильства.

Пам'ятайте: всі мають право на безпеку, повагу і гідність.