

# *Поради батькам щодо протидії булінгу*

## *Пам'ятка БАТЬКАМ*

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 розповідати 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 доки 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 наступає 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, педагоги, керівництво закладу освіти, здобувачі освіти, батьки інших дітей, охорона);
- Повідомте керівництво школи 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 школи не вдається – повідомте поліцію!**

**Захистіть свою дитину від цькування!**