

Поради батькам

Як розпізнати, що дитина страждає від булінгу у школі?

- 1** Дитина завжди виглядає сумною, депресивною, постійно має поганий настрій
- 2** Шкільні оцінки дитини почали знижуватись
- 3** Школа та шкільне життя не приносять дитині задоволення, як раніше
- 4** Дитина часто пропускає школу, просить «залишитися вдома»
- 5** Дитина шукає та обирає альтернативні маршрути до школи, навіть якщо вони не є зручними
- 6** Дитина повертається додому з незрозумілими гулями, синьцями, порізами
- 7** Дитина проводить багато часу наодинці (як вдома, так і в школі)
- 8** У дитини занижена самооцінка, погане самопочуття, головний біль, нудота
- 9** У дитини виникли проблеми зі сном, засинанням, часто сняться кошмари
- 10** У дитини часта зміна апетиту або навпаки постійне бажання їсти

Якщо ви дізнались, що дитину цькують, зверніться за консультацією на Національну дитячу «гарячу» лінію

0 800 500 225 (зі стаціонарних)

116 111 (з мобільних)



Brot
für die Welt

ЯК ПРОТИДІЯТИ БУЛІНГУ

Поради батькам:



- 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 соціальних мережах та розкажіть про правила поведінки в ній.
- Обговорюйте усі шкільні конфлікти.

Якщо дитина агресує:

- 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.

Види булінгу:

