

Як запобігти булінгу в учнівській спільноті

Агресор і жертва мають приблизно однакові стартові позиції, які призвели до булінгу. Невпевненість у собі одного та бажання ствердитись за рахунок слабшого проти невпевненості в собі та відсутності можливості постояти за себе. У цій битві немає переможців, тому допоможіть дітям вийти із ситуації «безболісно»

- ✓ Якщо ви помітили або запідозрили булінг, повідомте адміністрацію навчального закладу.
- ✓ Не приховуйте випадки булінгу в класі заради збереження репутації школи. Доведіть до відома батьків дітей ситуацію з обох сторін конфлікту.
- ✓ Залучіть психологічну службу до розв'язання проблеми.
- ✓ Не ігноруйте прояви агресивної або провокативної поведінки учнів. Негайно втручайтеся у конфлікт.
- ✓ Не підтримуйте жодну сторону учасників конфлікту.
- ✓ Ретельно аналізуйте причини виникнення булінгу. Не шукайте винного.
- ✓ Допоможіть однокласникам потурбуватися про того, кого ображають. Будьте неупередженими у своїх оцінках, діях і висловлюваннях.
- ✓ Говоріть з учасниками конфлікту наодинці. Не вимагайте від них публічних пояснень чи вибачень. Створіть умови, щоб ситуація не повторилася.
- ✓ Розкажіть дітям, що таке насилля. Можливо, булери самі потерпають від агресії батьків, старших братів або сестер і просто копіюють звичну модель поведінки.
- ✓ Створіть у класі атмосферу довірливого спілкування, шукайте спільні інтереси, об'єднуйте дітей.
- ✓ Будьте прикладом толерантного й виваженого ставлення до інших.
- ✓ Покажіть дитині, що вона не наодинці з проблемами, підтримайте її й дайте зрозуміти, що вона може розраховувати на вашу допомогу.
- ✓ Проконсультуйтеся з практичним психологом. Не залишайте справу, як є, сподіваючись, що ситуація сама зійде нанівець. Без допомоги фахівця не обійтись.

Примітка. Пам'ятку підготувала **Світлана Дубовик**, практичний психолог Литвинівської ЗОШ І-ІІІ ступенів, Луганська обл.