

## **ЯК ВПОРАТИСЯ З СИТУАЦІЄЮ УЧНЯМ**

- Ігноруйте кривдника. Якщо є можливість, намагайтесь уникнути сварки, зробіть вигляд, що вам байдуже і йдіть геть. Така поведінка не свідчить про боягузтво, адже, навпаки, іноді зробити це набагато складніше, ніж дати волю емоціям.
- Стримуйте гнів і злість. Адже це саме те, чого домагається кривдник. Говоріть спокійно і впевнено, покажіть силу духу.
- Не вступайте в бійку. Кривдник тільки й чекає приводу, щоб застосувати силу. Чим агресивніше ви реагуєте, тим більше шансів опинитися у загрозливій для вашої безпеки і здоров'я ситуації.
- Не соромтеся обговорювати такі загрозливі ситуації з людьми, яким ви довіряєте. Це допоможе вибудувати правильну лінію поведінки і припинити насилля.

## **ЩО МОЖУТЬ ЗРОБИТИ БАТЬКИ**

Багато учнів соромляться розповідати дорослим, що вони є жертвами булінгу. Якщо дитина все-таки підтвердила в розмові, що вона стала жертвою булінгу, то скажіть їй:

- *Я тобі вірю* (це допоможе дитині зрозуміти, що Ви повністю на її боці).
- *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 певний момент свого життя).
- *Добре, що ти сказав мені про це* (це допоможе дитині зрозуміти, що вона правильно вчинила, звернувшись за допомогою).
- *Я люблю тебе і намагатимуся зробити так, щоб тобі більше не загрожувала небезпека* (це допоможе дитині з надією подивитись у майбутнє та відчувати захист).

## **ЩО МОЖУТЬ ЗРОБИТИ ПЕДАГОГІЧНІ ПРАЦІВНИКИ:**

У закладі освіти вирішальна роль у боротьбі з булінгом належить педагогічним працівникам. Для успішної боротьби з насильством у закладі освіти:

- кожен має знати про те, в яких формах може виявлятися насильство й цькування і як від нього страждають люди. спільно з учнями мають бути вироблені правила поведінки у класі, а потім загальношкільні правила, складені в позитивному ключі «як треба», а не як «не треба» поводитися. Правила мають бути зрозумілими, точними і короткими;
- дисциплінарні заходи повинні мати виховний, а не каральний характер.
- жоден випадок насильства або цькування і жодну скаргу не можна залишати без уваги. Учням важливо пояснити, що будь-які насильницькі дії, образливі слова є недопустимими. Реакція має бути негайною (зупинити бійку, припинити знущання) та більш суворою у разі повторних випадків агресії;
- аналізуючи ситуацію, треба з'ясувати, що трапилося, вислухати обидві сторони, підтримати потерпілого й обов'язково поговорити із кривдником.