

Рекомендації батькам

щодо виявлення випадків цькування та захисту дитини від кібербулінгу.

1. Наслідки булінгу.

В першу чергу треба розуміти, що жодне насилля вчинене стосовно дитини не проходить безслідно. Наслідки булінгу можуть бути різні. Найчастіше — це замкнутість, психологам доводиться працювати з підлітками, які абсолютно не вміють спілкуватися з навколишнім світом. Доводиться пояснювати, що світ не такий страшний, яким був до цього. Це може тривати доволі довгий час. У таких дітей руйнується віра у соціум, вони насторожені, тривожні. Але найстрашніше те, що булінг може стати причиною суїцидальних думок та намірів. В тому випадку коли дитина не має з ким порадитись та отримати підтримку, самотійно знайти вихід з ситуації що склалась. Тому, перш за все, батьки педагогічні працівники мають підтримати дитину. Часто вони думають, що це само собою минеться, але це не так.

2. Як почати говорити з дитиною про булінг.

Якщо дитина повідомляє вам про те, що вона або ще хтось піддається знущанням, булінгу, підтримайте її, похваліть дитину за те, що вона набралася сміливості і розповіла вам про це, і зберіть інформацію (при цьому не варто сердитися і звинувачувати саму дитину). Підкресліть різницю між доносом, з метою просто доставити комусь неприємність, і відвертою розмовою з дорослою людиною, яка може допомогти.

Одним зі способів почати говорити з дитиною про булінг є спільний сімейний перегляд фільмів відповідної тематики, так звана фільмотерапія.

Список фільмів на тему: «Керрі» (1976), «Опудало» (1983), «Серце Америки» (2002), «Піф-паф, ти мертвий» (2002), «Клас» (2007), «13 причин чому» (2017).

Переглядаючи фільм, дитина може провести паралель з тим, що відбувається з нею в її класі, побачити свою ситуацію і поділитися з батьками. А також, такий перегляд можна влаштувати й в класі та потім влаштувати аналіз фільму.

3. Щоб захистити дитину від кібербулінгу треба:

- здійснювати батьківський контроль (але робити це обережно з огляду на вікові особливості дітей (для молодших — можна обмежити доступ до сумнівних сайтів, для старших — час від часу переглядати історію браузера);
- застерігати від передачі інформації у мережі. Пояснювати, що є речі, про які не говорять зі сторонніми: прізвище, номер телефону, адреса, місце та час

роботи батьків, відвідування школи та гуртків – ця і подібна інформація має бути конфіденційною;

- навчити молодь критично ставитися до інформації в інтернеті. Не все, що написано в мережі – правда. Якщо є сумніви в вірогідності – звертатися до дорослих за допомогою;

- розказувати дітям про правила поведінки в мережі. В інтернеті вони такі самі, як і в реальності, зокрема, повага до співрозмовників.

Якщо дитина потерпає від знущань кібербулера, їй буде дуже складно зізнатися у цьому батькам чи ще комусь.

На це є декілька причин:

- страх, що дорослі не зрозуміють сенсу проблеми;
- страх бути висміяним через буцімто незначну проблему;
- страх бути покараним чи що постраждає хтось рідний за «донос» на булера, особливо, якщо цькування зайшли далеко і дитина під контролем агресора;
- страх з'ясувати, що «сам винен» і знущання цілком справедливі.

Боротьбу з кібербулінгом **ускладнює безкарність** в інтернет-просторі, коли кожен може видати себе за будь-кого, не відповідаючи за наслідки дій.

Тому, найкраще що можуть зробити батьки та вчителі – виховувати в дитині упевненість в собі, розказувати їй про небезпеку, будувати довірливі відносини. Тоді у разі виникнення такої негативної ситуації дитина одразу ж буде зверталась по допомогу дорослих, яким довіряє.

Використані джерела:

Лугінець Н.В. , Сафонова О.В. Методичні рекомендації щодо проведення профілактичної роботи з питань протидії булінгу (цькуванню) в закладах освіти.

/Додаток 1 до листа КЗ ДНМЦ ПС від 02.04.2020 № 01/03-66/

**Інформація
щодо діяльності гарячих ліній, громадських та державних
організацій та доступу до їх послуг
з протидії булінгу**

- *дитяча лінія 116 111 або 0 800 500 225 (з 12.00 до 16.00)*
- *гаряча телефонна лінія щодо булінгу (цькування) 116 000*
- *гаряча лінія з питань запобігання насильству 116 123
або 0 800 500 335*
- *Уповноважений Верховної Ради з прав людини 0 800 50 17 20*
- *Уповноважений Президента України з прав дитини 0 44 255
76 75*
- *Центр надання безоплатної правової допомоги 0 800 213 103*
- *Національна поліція України 102*
- *правова допомога - звернення до Єдиного контакт-центру
безоплатної правової допомоги за номером 0 800 213 103*
- *гаряча лінію ГО «Ла Страда – Україна» (за номером 0 800
500 225 – для стаціонарного телефона, 116 111 – для
мобільного)*
- *Центр соціальної служби з питань сім'ї, дітей та молоді
вашого міста, або району.*