АТА-АНАЛАРҒА АРНАЛҒАН ЖАДЫНАМА

«Балаңыздың буллингке ұшырағанын қалай анықтауға болады?»

НЕГЕ НАЗАР АУДАРУ КЕРЕК?

Буллингке ұшыраған баланың бойында мынадай белгілер байқалуы мүмкін:

- Бала колледжге барғысы келмейді.
- Мазасыз, тұйық немесе ашуланшақ бола бастайды.
- Бұрынғы достарымен қарым-қатынасын тоқтатады.
- Топтастары туралы сөйлесуден қашқақтайды.
- Мазақ ету, қорқыту немесе кемсіту жағдайларына шағымданады.
- Телефонды пайдаланғаннан кейін көңіл күйі күрт өзгереді.
- Әлеуметтік желілерді немесе топтық чаттарды ашуға қорқады.
- Ұйқысы мен жалпы жағдайында өзгерістер пайда болады.

Бұл белгілердің болуы өздігінен буллингтің бар екенін дәлелдемейді, алайда баламен мұқият әрі сенімді әңгімелесуге себеп болады.

БАЛАМЕН ҚАЛАЙ ДҰРЫС СӨЙЛЕСУ КЕРЕК?

Қолдау білдіретін сөздерді қолданыңыз:

- «Сені бір нәрсе мазалап жүргенін байқап жүрмін. Мен
- сені тыңдауға дайынмын».
- «Маған бәрін ашық айта аласың, мен сені ешқашан айыптамаймын».
- «Біреудің сені қорлағанына сен кінәлі емессің».
- «Осы жағдайды қалай шешуге болатынын бірге ойластырайық».
- «Сен жалғыз емессің, біз міндетті түрде көмек табамыз».

НЕ ІСТЕУГЕ БОЛМАЙДЫ?

- Баланы жанжалға кінәлау.
- Оның сезімдері мен уайымдарын елемеу немесе мән бермеу.
- «Өзің кінәлісің», «Сен де қайтарымын бер» деп айту.
- Басқа студенттермен өз бетінше жанжалға түсу немесе мәселені өздігінен шешуге тырысу.
- Жанжалды әлеуметтік желілерде жариялау.
- Балаға мәселе туралы айтқаны үшін жаза қолданамын деп қорқыту.

ЕГЕР БАЛАҢЫЗ БУЛЛИНГКЕ ҰШЫРАҒАНЫН АЙТСА

1. Баланы сабырмен тыңдаңыз.
2. Не болғанын, қашан болғанын және оған кімдердің қатысқанын анықтаңыз.
3. Егер буллинг интернетте орын алса, дәлелдерді сақтап қойыңыз.
4. Топ кураторына және колледж әкімшілігіне хабарласыңыз.
5. Қажет болған жағдайда педагог-психологтің кеңесіне жүгініңіз.
6. Өмірі мен денсаулығына қауіп төнген жағдайда шұғыл қызметтерге дереу хабарласыңыз.

Есіңізде болсын: отбасының қолдауы - жасөспірімді қорғаудың ең маңызды факторларының бірі.