

Fri for Mobberi

Wolni od nękania – wskazówki dla rodziców

Drodzy Rodzice,

Przedstawione tutaj wskazówki są częścią programu „Wolni od nękania” opracowanego przez fundację Mary Foundation i Save the Children Denmark. Program „Wolni od nękania” opiera się na czterech fundamentalnych ludzkich wartościach: tolerancji, szacunku, życzliwości i odwadze. Ten program przeciwdziałania nękanii obejmuje zestaw rozmaitych narzędzi i metod pomocnych w zapobieganiu przypadkom nękania wśród dzieci w wieku od 3 do 8 lat, w przedszkolach oraz szkołach podstawowych.

Podstawowa współpraca pomiędzy trzema kluczowymi grupami

Program „Wolni od nękania” skierowany jest do trzech różnych grup: dzieci, rodziców i pracowników oświaty. Aby przeciwdziałać nękanii, te trzy grupy muszą współpracować ze sobą, tworząc zdrowe społeczności dziecięce oparte na kulturze integracji.

Dzieci: Program „Wolni od nękania” przekształca abstrakcyjne rozmowy o dokuczaniu i nękanii w rzeczywiste przykłady oraz zapewnia dzieciom narzędzia do radzenia sobie i przeciwstawiania się nękanii – w obronie samych siebie i innych osób. Program aktywnie angażuje biernych obserwatorów i daje im narzędzia do działania.

Rodzice: Rodzice odgrywają ważną rolę w programie „Wolni od nękania”. Rodzice mają obowiązek wspólnie przeciwdziałać nękanii, wspierając dobre samopoczucie dziecka i promując ducha społeczności w grupie.

Pracownicy oświaty: Program „Wolni od nękania” inspirowuje nauczycieli i asystentów nauczyciela do wdrożenia kultury przeciwstawiającej się nękanii w swoich placówkach oświatowych oraz do wprowadzenia zajęć, które rozwijają w dzieciach ducha wspólnoty.

Praca profilaktyczna rozpoczyna się na poziomie przedszkolnym i jest kontynuowana w szkole podstawowej oraz podczas zajęć pozaszkolnych, gdzie szczególną rolę odgrywają rodzice, stanowiący wzorzec kulturowy.

Poniżej przedstawiono pięć wskazówek, jak można przyczynić się do przeciwdziałania nękanii w kręgu towarzyskim swojego dziecka/dzieci.

1. Należy zachęcać dziecko do zabawy z innymi dziećmi w przedszkolu lub szkole oraz w czasie wolnym, z wieloma różnymi dziećmi w grupie.

Dziecko powinno doświadczyć zabawy z różnymi dziećmi. Jednocześnie tworzy to dla wszystkich dzieci równe możliwości zabawy, co sprawia, że czują się one częścią grupy.

2. Nie należy wygłaszać negatywnych uwag na temat innych dzieci, ich rodziców, nauczycieli lub opiekunów.

Negatywne uwagi na temat innych dzieci i dorosłych szybko prowadzą do antypatii wobec tych osób. Zamiast tego należy wspierać dziecko w pozytywnym i otwartym nastawieniu wobec wszystkich. Na przykład, czy znają Państwo imiona wszystkich kolegów i koleżanek swojego dziecka ze szkoły? Czy przyprowadzając/odbierając dziecko witają się Państwo z wszystkimi dziećmi i dorosłymi?

3. Należy wdrożyć zasadę integracyjnych urodzin.

Urodziny wiele znaczą dla dzieci – zarówno dla tych, które je obchodzą, jak i dla zaproszonych gości. Dziecko bardzo przeżywa, jeśli nie zostanie zaproszone na czyjeś urodziny, lub jeśli na jego własne urodziny przyjdzie mało gości. Warto na najbliższym zebraniu rodziców omówić wprowadzenie zasady integracyjnych urodzin.

4. Należy zachęcać dziecko, aby stawało w obronie własnej i innych osób, które nie są w stanie same się obronić.

Dzieci, które czują się odrzucone przez grupę potrzebują wsparcia i zachęty od przyjaznej osoby. Dzieci, które potrafią same się obronić oraz umieją pocieszać i bronić innych osób, rozwijają się wewnątrznie i zewnątrznie.

5. Gdy inni rodzice mówią o problemach swojego dziecka, należy być otwartym i pozytywnym.

Rodzicom może być trudno mówić o tym, że dziecko coś przeżywa, ma problemy lub nie ma przyjaciół. Otwartość innych rodziców i uważne wysłuchanie omawianych problemów jest bardzo pomocne.