

# Fri for Mobberi

## Допоможіть своїй дитині знайти хороших друзів

### Шановні батьки

Дітям потрібні хороші друзі, щоби рости та розвиватися. Коли діти вчаться бути добрими друзями, водночас відбувається запобігання булінгу в довгостроковій перспективі.

Є досить поширена думка, що причина булінгу над дитиною залежить від самої дитини або від того, хто булить. Але дослідження показує, що булінг виникає не через окремих дітей, але тому, що часто в дитячих групах не має місця бути іншим.

У хорошій дитячій групі толерантність і повага один до одного настільки високі, що діти можуть виглядати, називатися і бути такими, якими вони є, а також в хорошій групі діти пам'ятають, що кожен може щось зробити для ближнього або для всієї групи.

Хороша дитяча група дає усім дітям відчуття безпеки, і в такій дитячій компанії також присутня стійка протидія булінгу. Тому якщо ви робите щось добре для своєї дитини, ви робите це одночасно для всієї дитячої групи.

Як батьки ви відіграєте важливу роль і як орієнтир і як приклад для наслідування в соціальному житті вашої дитини. Коли ви підтримуєте єдність дітей та дитячу групу, і водночас підтримуєте свою дитину у виявленні турботи, сміливості та вмінні протистояти, коли він чи вона стає свідком поганої поведінки та знущань, то ви робите вклад у запобігання булінгу.

Команда "Вільний від булінгу" зібрали сім корисних порад щодо того, як вам батькам можна допомогти бути певними, що усі діти, включно з вашою дитиною, будуть частиною дитячої групи.

Читайте поради на зворотній сторінці.

З повагою  
Команда "Вільний від булінгу"

Як допомогти  
дитині  
стати хорошим  
другом  
- читайте більше  
на зворотній  
сторінці.



### Про Вільний від Булінгу

Вільний від булінгу – це превентивна протибулінгова програма розроблена Фондом Мері (Mary Fonden) та Врятуй Дитину (Red Barnet). Вільний від булінгу базується на чотирьох основних цінностях: толерантності, повазі, турботі та хоробрості, і складається фактично з валізи та цифрового простору, яка вміщує засоби та методи, які сприяють благополуччю та запобіганню булінгу у початкових класах та групах продовженого дня.

Вільний від Булінгу є також у доступній версії для дитячих ясель та дитячих садків.

Читайте детальніше на [friformobberi.dk](http://friformobberi.dk)

# Fri for Mobberi

## Сім порад батькам

- 1 Підтримуйте свою дитину у намірі гратись із різними дітьми - як у школі, так і у групах продовженого дня**

Коли діти добре знають один одного з усіх сторін, це зміцнює дитячу групу та запобігає булінгу. Коли ви докладаєте додаткових зусиль, щоб домовитись про гру з усіма дітьми – навіть з тими, з ким ваша дитина зазвичай не проводить час – то ви допомагаєте усім дітям знайти собі місце у групі.
- 2 Розмовляйте ввічливо з дітьми, батьками, вихователями чи вчителями, і також про них у розмові з іншими**

Діти віддзеркалюють своїх батьків, і якщо ви позитивно ставитеся до дитячого садка, вихователів, однолітків та їхніх батьків, то і ваша дитина робитиме так само. Наприклад, вітайтеся з усіма – і з дітьми, і з дорослими, коли ви приводите та забираєте свою дитину, і пам'ятайте імена друзів дитини.
- 3 Організуйте заходи для всіх**

Дні народження багато значать для дітей. Для дитини, яку не запрошують в гості, це боляче, і так само боляче тій дитині, до якої не приходять гості. Коли ви організовуєте день народження чи іншу вечірку, намагайтеся запросити або весь клас – або всіх дівчат, або всіх хлопців, і зробіть пріоритетом, щоб ваша дитина була присутня, коли інші запрошують.
- 4 Заохочуйте свою дитину реагувати, якщо його чи її друг стикається з чимось несправедливим**

Дітям, які не є частиною дитячого колективу, потрібна рука допомоги та дружнє запрошення. Хваліть свою дитину, коли вона допомагає товаришу, який цього потребує. Діти, які мають сміливість відмовити, і які вміють допомагати і підтримувати інших, ростуть міцними зсередини.
- 5 Проявляйте інтерес до цифрового життя своєї дитини**

Діти знають як користуватись засобами масової інформації, але не завжди розуміють їх. Тому вони потребують дороговказу з боку дорослих. Виявляйте зацікавленість та підігруйте, а також розмовляйте зі своєю дитиною про те, як у цифровому просторі бути уважними до інших.
- 6 Запитуйте, коли дитина сумує**

Визнавайте почуття своєї дитини, але пам'ятайте також, що одна і та ж ситуація завжди має кілька сторін. Допоможіть своїй дитині подумати про те, що інші діти могли по-іншому реагувати на речі у зв'язку з конфліктом, і якщо потрібно, поговоріть з іншими батьками, з вчителем або вихователем, перш ніж реагувати на конфлікт.
- 7 Будьте відкриті та позитивні, коли інші батьки розповідають про проблеми своєї дитини**

Насправді досить важко розповідати, якщо ваша дитина засмучена або має труднощі в школі і що, наприклад, потребує друзів чи з кимось погратись. Проявляйте зацікавленість і будьте відкритими – тоді усім буде легше.