



## 5 PORAD DLA RODZICÓW O PRZYJAŹNI

### 1. W domu odnoście się do siebie przyjaźnie!

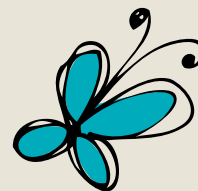
Rodzice to dla dzieci najważniejszy wzór do naśladowania. To, jak rozmawiamy ze sobą w domu, wpływa na to, co dziecko uznaje za właściwe i niewłaściwe. Kiedy coś jest trudne lub bolesne, pociesz i wspieraj dziecko. Próbuj pytać i wgłębić się, żeby zrozumieć, co właściwie się stało. Nie mów w negatywny sposób o innych dzieciach, o ich rodzicach, o nauczycielu ani o szkole. Kwestie niepokojące należy raczej poruszyć bezpośrednio w przedszkole lub szkole, reprezentantem rodziców lub FAU (grupą roboczą rady rodziców).

### 2. Zabawa ponad podziałami!

Kiedy dziecko bawi się z innymi dziećmi z różnych grup, doświadczenia zdobyte w zabawie uczą oraz dają im poczucie bezpieczeństwa, poczucie, że potrafią. Mogą wypróbować nowe sposoby myślenia, nowe sposoby zabawy i zachowania, a jednocześnie wiele dzieci może uczestniczyć w takiej zabawie. My, dorośli, możemy stworzyć warunki do większej ilości takich przeżyć związanych z zabawą.

**Wszystkie dzieci mają prawo czuć się dobrze i odczuwać przynależność.** Przedszkole i szkoła mają tworzyć przyjazne środowisko dla zabawy i nauki oraz stwarzać warunki do współpracy i zawierania przyjaźni. Na wszystkich dorosłych w otoczeniu dziecka, zarówno na pracownikach szkoły/przedszkola jak i na rodzicach, spoczywa pod tym względem ogromna odpowiedzialność. W tym folderze, rodzice/opiekunowie znajdą kilka porad na temat tego, jak mogą pomóc.

**Najlepsze, co możemy zrobić, żeby dzieciom było dobrze w przedszkolu i w szkole, to zaangażować się!** Poznaj dzieci i innych rodziców, zróbcie coś wspólnie. Rozmawiajcie o tym, co można, a czego nie można robić i mówić innym – zarówno prosto w twarz, jak i przez telefon lub w sieci. Rozmawiajcie o tym, co możecie razem zrobić, żeby tworzyć przyjazne środowisko.



### 3. Zadbaj, żeby wszyscy zostali zaproszeni!

To, że nie zostało się zaproszonym na urodziny lub przyjęcie, może sprawić przykrość. My, dorośli musimy zadbać o to, żeby nikt nie wypadł poza nawias. Zapraszaj wszystkie dzieci z oddziału lub klasy, wszystkie dziewczynki, wszystkich chłopców lub według innego podziału, który nie sprzyja wykluczeniu. Omówcie zasady organizowania urodzin na spotkaniu rodziców. Czego potrzeba, żeby wszyscy czuli się włączeni? Jak wy, rodzice możecie współpracować z przedszkolem i szkołą, żeby to się udało? Najlepsze, co możesz zrobić dla swoje dziecka, to również robić coś dla innych dzieci.

### 4. Pomóż dzieciom w okazaniu odwagi!

Odwagi, poczucia bezpieczeństwa i praktyki wymaga przeciwstawianie się wykluczeniu, zapraszanie innych do zabawy oraz zgłaszanie, że ktoś jest źle traktowany. Naucz swoje dziecko, jak ważne jest, żeby nie dokuczać innym i ich nie wykluczać. Naucz, że równie ważne jest, żeby pomóc lub powiedzieć dorosłemu jeśli się zauważy, że dzieje się coś niedobrego. Im więcej ludzi będzie w ten sposób postępować, tym trudniej będzie wykluczać innych lub im dokuczać.

### 5. Miej otwarty umysł, słuchaj i bądź pozytywny!

Może być trudno powiedzieć innym, że własne dziecko jest samotne i potrzebuje przyjaciół. Może być też trudno otwarcie przyznać, że własne dziecko dokucza innym lub ich wyklucza. Unikaj używania słów "mobber" i „ofiara mobbingu”. Sytuacja często może okazać się bardziej skomplikowana i niejasna, niż na początku sądziliśmy. Pokaż, że jesteś otwarty i rozumiesz – wtedy innym będzie łatwiej mówić, a tobie będzie łatwiej pomóc. Mobbing to wzór zachowania, który można zmienić z pomocą i wsparciem ze strony dorosłych.

Powiedz nauczycielowi, jeśli widzisz lub słyszysz rzeczy, które wskazują na to, że komuś jest źle.

**Mobbing i wykluczenie nie dotyczą tylko tych dzieci, których te zjawiska dotyczą bezpośrednio, ale wpływają negatywnie na całą grupę.** Dlatego też wszystkich powinno to obchodzić, niezależnie od tego, czy odbywa się to w przedszkolu, w szkole, w czasie wolnym, w Internecie, w mediach społecznościowych czy przez telefon komórkowy. Dzieci potrzebują naszej pomocy, żeby zrozumieć, jak poważne konsekwencje może mieć mobbing i wykluczenie. Musimy im pokazać, jak mogą podejść do siebie z szacunkiem oraz nauczyć ich doceniać to, że istnieją różnice. Dzieci różnią się od siebie, i bardzo dobrze!



Redd Barna



FORELDREUTVALGET FOR BARNEHAGER



FORELDREUTVALGET FOR GRUNNSKOLOPPLÆRINGEN

Więcej informacji znajdziesz na [reddbarna.no/skole](http://reddbarna.no/skole)

