

KREYÒL



Konstwi yon Kilti sou

JANTIYÈS

GID RESOUS

Ansèyman Sosyal Emosyonèl (SEL)

KONTWI KONPETANS

ANSENYE ANPATI

Anpati se lè yon moun genyen abilite pou konprann e pataje santiman lòt moun. Se lè yon moun mete tèt li nan plas yon lòt moun.

- Sèvi kòm modèl pou montre kòman pou valorize santiman
- Konekte santiman, panse, ak konduit yon fason pou timoun yo kapab konprann koz e efè
- Konstui yon “klima” sou konpreyansyon

KILTIVE KOURAJ

Kouraj se lè yon moun genyen fòs mantal e moral pou fè fas avèk difikilte oswa laperèz.

- Bay pèmasyon pou enpèksyon
- Eseye yon bagay nouvo ansanm
- Idantifye/souliye kouraj pitit ou deja ap ekspoze
- Sèvi kòm modèl/ankouraje konvèsasyon pèsònèl

KONSTUI AKSEPTANS

Akseptans se yon akò jeneral kote moun satisfè avèk yon bagay, oswa yon rezon, oswa yon bagay ta dwe enkli nan yon gwoup.

- Anseye yo pou yo renmen tèt yo. Ou kòmanse aksepte lòt moun lè ou aksepte tèt ou
- Selebre diferans epi ankouraje enklizivite
- Kreye plis konvèsasyon sou diferans epi pwofite moman pou ansenye

SIPÒTE BON JAN AMITYE

Amitye se lè youn oswa plis moun benefisye nan konnen youn ak lòt. Relasyon an bati sou respè youn pou lòt, swen, jantiyès, epi pèmèt chak moun grandi e chanje.

- Peze plis sou enpòtans kalite genyen men pa sou kantite
- Pale jantiman; evite fèzè, rimè, ak kòmantè negatif
- Konstui sou enterè e aktivite komen
- Ogmante moman fas-a-fas avèk zanmi “olye avèk zanmi vityèl/medya sosyal

FAVORIZE RESPÈ

Respè se lè yon moun montre yon lòt moun konsiderasyon. Se lè yon moun montre koutwazi ak politès, tolerans, epi aksepte diferans endividyèl, e pa eseye pase sou lòt moun.

- Bay moun respè pou yo kapab ba ou respè (sèvi kòm modèl epi montre kisa w ap atann)
- Anplwaye disiplin ki janti e fèm (anseye konduit apwopriye paske sa opoze avèk pinisyon)
- Ranfòse bòn kondwit (di silvouplè ak mèsì)

AMELYORE KONPETANS KOMINIKASYON

Kominikasyon se abilite pou koute lòt moun, epi tou releye ide ak opinyon yo avèk siksè. Sa genyen rapò avèk konpreyansyon emosyon e entansyon ki genyen pou wè avèk enfòmasyon yo.

- Koute plis pase ou pale
- Panse anvan ou pale
- Swiv ton vwa (kisa ou di e kijan ou di yo)
- Gade moun w ap pale avèk li a nan zye (obsève ki koulè zye yo genyen)
- Mennen plis konvèsasyon avèk pitit ou
- Dakò pou nou dezakò – rete ouvè pou tande pwendvi ki opoze



KIJAN pou konstwi andirans e rezistans

ANDIRANS

Andirans nesèsè pou asire ke timoun kapab genyen kouraj, pèsèverans, e fòs karaktè pou fè fas avèk defi e pou yo pa dekouraje. Nou mete senk estrateji anba pou ede moun konstwi andirans.

- 1 CHÈCHE YON PASYON**
Ede pitit ou a jwenn yon pasyon oswa yon aktivite li renmen. Sa a kapab ede yon timoun konprann ke pratik, travay di, e pèsèverans se mwayen ki pi asire pou achèyman.
- 2 FÈ YO FELISITASYON**
Felisite efò pitit ou fè nan yon bagay ou te bali fè menmsi li pa pafè. Efò konstan pral pèmèt li pèfòme pi byen. Olye ou felisite pitit ou a pou bèl nòt li fè, felisite li paske li tenas e detèmine.
- 3 PÈMÈT FRISTRASYON EPI PA KOURI EDE YO**
Kite pitit ou debat nan yon bagay difisil. Aprann nan defi (menm jan avèk defèt) se kle pou fè koneksyon pou timoun ke vrè achèyman pap vini fasil pou yo. Kite timoun ekspozè nan defi ke yo kapab jere pandan anfans pral asire yo pral pi byen prepare pou fè fas avèk li akòz estrès lè yo rive nan laj adilt.
- 4 ANKOURAJE OTO ANKOURAJMAN**
Lè ou wè pitit ou ap debat, ofri ankourajman ke ou la pou ofri, men ou konnen yo kapab fè sa pou kont yo.
- 5 SÈVI MODÈL SOU ANDIRANS**
Si ou renmen sa ou fè, fè lòt moun konnen. Touse manch chemiz ou, si ou fè fayit, pataje fristrasyon ou, men fè remake sa ou aprann de eksperyans ou. Montre pitit ou ke menmsi ou se debat ou t ap debat nan yon tach. Premyèman sa dwe montre yo ke, pandan li kapab difisil, genyen rekonpans pou achèyman.

REZISTANS

Lè pitit ou rezistan, yo pi brav, pi kirye, pi adaptab, e pi kapab pou lonje men yo nan mond nan. Men nou mete senk estrateji anba pou ede konstwi andirans.

- 1 ANKOURAJE YON RELASYON FAVORAB**
Pase tan ansanm avèk pitit ou. Prezans fyab yon amou omwen san kondisyon e sipò sou relasyon adilt ofri opòtinite pou devlope konpetans pou adaptasyon vital.
- 2 SÈVI MODÈL POU ANDIRANS**
Sèvi modèl sou kijan pou jere sitiyasyon estrèsan kote ou kapab itilize estrateji adaptan e kalman tankou pran gwo souf e emosyon.
- 3 ANKOURAJE TIMOUN PRAN RISK**
Pèmèt timoun pran risk ki apwopriye avèk laj yo, menmsi ou panse li kapab “twò di” pou yo. Pran kouraj pou fè yon bagay difisil vin pi enpòtan ke rezilta a montre.
- 4 KONSTWI KONPETANS POU REZOUZ PWOBLÈM**
Bay timoun yon langaj pou yo aprann pou yo kapab rezoud pwoblèm pou kont yo olye pou rezoud pwoblèm yo pou yo.
- 5 DEVELOPE GRATITID**
Gratitid kapab ede yon timoun konbat negativite, rete reyalis, mentni esperans e konfidans, e amelyore relasyon. Pale avèk pitit ou chak jou sou timoun bagay oswa moun ou apresye pou jou a. Mentni yon jounal gratitid e ekri bagay ou resevwa pou jou sa a (yon ti souri pou yon zanmi, yon jounen solèy, yon tap senk nan men yon pwofesè).

Ansèyman Sosyal Emosyonèl (SEL)

WOUTIN CHAK JOU

WOUTIN CHAK MATEN

Pran tan pou w tcheke pwòp tèt ak tanperaman ou. Gade tèt ou nan mirwa pandan ou ap prepare ou epi fè yon ti refleksyon sou ekspresyon ou. Panse avèk konbyen fwa kè ou kontan ak kijan ekspresyon ou kapab genyen yon enpak sou entèksyon ou avèk pitit ou ansanm ak lòt moun.

Tcheke tanperaman ou, epi poze tèt ou kesyon, “Kisa k ap pase m jodi a? Kisa ki fè m rekonesan? Kijan mwen ta vle jounnen mwen pase?” Sonje ke ou vle ansenye pitit ou sou nati ki pozitif nan sa li ap aprann de li menm. Pafwa, yon senp souri kapab chanje tanperaman ou, e souri se yon bagay ki kontajye. Si ou souri ak pitit ou nan maten, sa kapab ede tout moun kòmanse jounen yo yon manyè ki pozitif.



WOUTIN APRÈ LEKÒL

Pandan ke ou ap kontinye ale lakay la aprè travay oubyen lekòl, pran yon ti tan pou w reflechi sou fason ou apwoche entèksyon sosyal nan lavi ou. Panse avèk jounnen ou epi eseye wè kèk sityasyon apati pèspektiv lòt moun.

Konprann epi adrese enkyetid lòt moun se yon bagay ki esansyèl nan konsyantizasyon sosyal, epi lè ou antrene tèt ou sa kapab ede ou aprann kijan pou w vini pi diplomatik nan entèksyon ou yo. Se yon bagay ki espesyalman vrè pou nenpòt entèksyon ke ou genyen avèk pitit. Poze tèt ou kesyon, “Èske mwen ap ba li yon egzant pou bon konpòtman sosyal?”

Sonje ke pitit ou ap gade ou kòm yon egzant. Pran yon ti moman pou w konsidere kòman ou aji avèk li ansanm ak lòt moun; pase sa fè yon pati entegral nan fason ou ap fòme kompetans sosyal li.



WOUTIN NAN LÈ DINE

Lè dine ofri yon bon jan opòtinite pou nou panse sou kompetans pou nourri relasyon nou yo. Youn nan fason pou sèvi kòm modèl nan kompetans relasyon pozitif yo se pou eseye chita manje ansanm pi souvan ke posib epi pou itilize tan sa a pou pale youn ak lòt pouk a nourri relasyon ou antan ke yon fanmi. Rechèch ki fèt dekouvri ke jèn timoun ki chita dine tout tan avèk fanmi yo genyen plis chans pou yo mentni tèt yo emosyonèlman, pou yo travay di lekòl, e pou yo genyen bon jan kalite relasyon avèk paran yo.



WOUTIN POU LÈ DÒMI

Après yon long jounen, li gen dwa parèt difisil pou w panse sou fason pou w fè bon chwa; sepandan, li enpòtan pou w fè sa pou w ka konsyaman sèvi kòm modèl pou konpòtman ou vle pitit ou adopte. Lè dòmi se yon bon opòtinite pou nou analize desizyon nou te pran pandan jounen an epi panse sou fason nou te abouti a konklizyon nou yo. Epiou panse avèk chwa ki enpòtan ou te fè nan lòt moman pase yo ki enplike pitit ou oswa manb fanmi ou, epi divize etap ke ou te pran pou te abouti a desizyon sa a.



Konsidere pale avèk pitit ou atravè estrateji ou adopte pou pran desizyon yo pou montre li ke tout moun genyen yon pwosesis yo swiv pou lè yo ap pran desizyon. Si ou pataje ide ou avèk pitit ou, ou ap montre li ke li ap pou kont li lè li ap lite pou pran desizyon oubyen lè li ap fè chwa ke li pa kapab eksplike.

KONSYANS SOSYAL

Abilite pou swiv e mete anfas sou lòt moun, enkli sa yo ki soti nan divès kontèks e kilti. Sa yo enkli nan domèn de: Prizvi, afinite, divèsite apresyasyon, e respè pou lòt.

KONPETANS RELASYON

Abilite pou etabli e mentni relasyon sen e rekonpase avèk divès endividi e gwoup. Sa yo enkli nan: kominikasyon, angajman sosyal, konstwi relasyon, e travay an ekip.

Refleksyon Paran e Timoun

Ki woutin òdinè aktyèlman ki an plas pou fanmi an? (PAREN)

Ki wotin òdinè ki ta pral benefisye fanmi ou si sa aplike? (PAREN)

Ki etap mwen kapab pran pou montre pi gwo konsyantizasyon sosyal e konpetans relasyon pozitif? (TIMOUN)

Kijan mwen kapab sipòte pitit mwen pou kontinye konstwi konsyantizasyon sosyal e konpetans relasyon sosyal? (PAREN)

Kijan konpòtman mwen afekte lòt moun? (TIMOUN)

Ki sipò mwen bezwen nan men paran mwen pou ede amelyore konduit mwen? (TIMOUN)

RESOUS PARAN

ENSTRIKSYON EMOSYONÈL SOSYAL

▶ **CCPS SEL Website**
collierschools.com/SEL

▶ **CASEL**
casel.org/homes-and-communities

▶ **Character Lab**
characterlab.org

▶ **Edutopia**
edutopia.org/resilience-grit-resources

▶ **Parent Toolkit**
parenttoolkit.com

ENTIMIDASYON (**BULLYING**)

▶ **CCPS Bullying Website**
collierschools.com/bullying

▶ **Stop Bullying**
stopbullying.gov

▶ **PACER's National Bullying Prevention Center**
pacer.org/bullying/resources

MEDYA SOSYAL & APLIKASYON

▶ **Safe, Smart & Social (APP Guide For Parents)**
safesmartsocial.com/app-guide-parents-teachers

▶ **NetSmartz**
netsmartz.org/tipsheets

▶ **National Online Safety**
nationalonlinesafety.com

Defini Tip

KONFLI

Li enpòtan pou defini entimidasyon e konprann diferans ant konfli kondisip, malelve, e konpòtman mechan, e entimidasyon.

KONFLI KONDISIP

Konfli kondisip nòmal rive pa okazyon, pa pa aksidan, e li pa serye. Sa rive ant zanmi ki genyen menm fòs ki pa eseye pou pran kontwòl yon bagay. Zanmi sa yo tipikman demontre yon reyaksyon emosyonèl egal, e yon efò pou rezoud pwoblèm nan.

KONPÒTMAN MECHAN - Fè oubyen di yon bagay pa neglijan ki kapab blese yon lòt moun

- Enkonsiderasyon enpilzif e enprevi
- Pa reyèlman fè eksprè pou blese yon moun
- Baze sou enkonsyans
- Move manyè
- Espontane

EGZANP: Pase devan lòt lè yo nan liy

KONPÒTMAN MECHAN - Di oswa fè yon bagay pou blese yon moun yon fwa (oswa petèt de fwa)

- entansyonèlman nuizib – vize ou denigre, kritike, oswa rabese
- izole – rive sèlman youn oswa de fwa
- kritike rad, aparans, entelijans, e sanfwa
- pafwa aji tankou mo pale an kolè

EGZANP: "Ou pa manke estupid!"

ENTIMIDASYON

Entimidasyon angaje aksyon negatif ki repere, ki fèt nan fason entansyonèl, e ki poze yon menas fizik serye oswa nuizans emosyonèl. Sa pa rive pami zanmi e li karakterize pa yon puisans dezekilib, kote yon moun chèche pou kontwole lòt la.

KONPÒTMAN ENTIMIDASYON - Li rive lè yon moun **entansyonèlman** e sible **san rete** pa yon moun ki pi fò e santi yon **enpuisan**

- entansyon nuizib e aksyon negatif repete
- aksyon emosyonèl inegal
- san remò – blame moun li sible a
- pa fè anyen pou rezoud pwoblèm nan

EFÈ ENTIMIDASYON

- move ajisteman sosyal pou entimidatè, viktim, e entimidasyon/viktim
- move acheman akademik
- viktim yo pèdi zanmi e solitid
- viktim nan genyen pwoblèm patisipasyon
- pa mete konfyans nan sipò/klima lekòl

SIY ENTIMIDASYON

- angaje nan batay fizik oswa vèbal
- genyen zanmi ki entimide lòt
- ogmante agresivite
- genyen ekstra lajan oswa nouvo atik ke yo pa kapab eksplike kote yo jwenn yo

Triyad Entimidasyon

ENTIMIDATÈ:

- Jwenn li difisil pou wè bagay nan pèspektif yon lòt moun
- Mank afinite
- Genyen yon gwo bezwen pou domine e kontwole
- Vle itilize lòt moun pou yo rive fè yo vle fè
- Jwenn difikilte pou aksepte otorite adilt



ENTIMIDATÈ

ESPEKTATÈ:

- Asiste lè yo ap entimide lòt
- Kapab senpatize avèk viktim e konfwonte entimidasyon oswa rapòte entimidasyon bay yon adilt
- Kapab pa fè anyen e vin fè pati pwoblèm la

ESPEKTATÈ



VIKTIM




VIKTIM:

- Genyen tandans pou yo pè, anksye, pa fin si sou tèt yo, pa fè yo konfyans
- Genyen difikilte nan sitiyasyon sosyal
- Pèfòme malman nan lekòl
- Raman mande adilt pou èd – kapab santi konmsi adilt pa sousye oswa pa pral konprann
- Pè entimidasyon pral pi mal si yo rapòte sa-kapab pè pou yo pa wè li kòm yon gason-makonmè oswa moucha

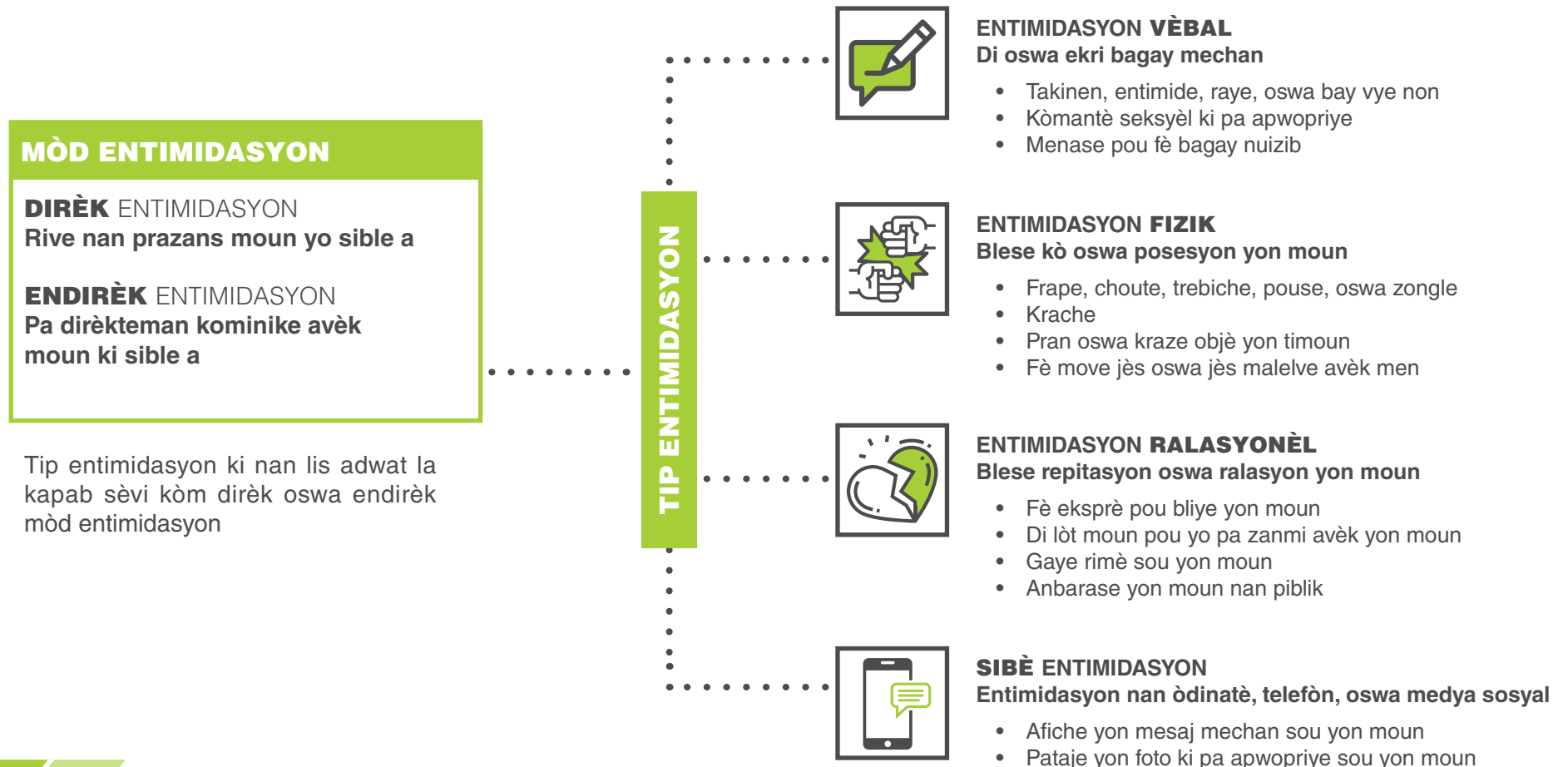
ANKOURAJE PITIT OU POU DI YON ADILT

RAPÒ ANONIM

- ▶ Tèks DNTH8 nan 274637 (C-R-I-M-E-S)
- ▶ Soumèt yon konsèy atravè  FortifyFL App
- ▶ Rele Arè Krim pou Elèv nan 1-800-780-8477
- ▶ Soumèt yon “Fòm Ensidan sou Entimidasyon” ki nan sit entènèt Resous Entimidasyon distri eskolè a ou kapab jwenn nan www.collierschools.com

Eske pitit ou a se yon **ENTIMIDATÈ?**

Aprann ke pitit ou a se yon entimidatè kapab trè twoblan. Si ou aprann ke pitit ou a ap entimide lòt timoun, se pou ou aji touswit. Sonje, genyen anpil rezon ki lakoz yon timoun entimide yon lòt. Sepandan, kèlkeswa rezon an, ou genyen pou disipline pitit ou pou chwa malere yo. Nou mete definisyon ak egzanp anba sou tip entimidasyon ki pitit ou kapab ap fè.



KIJAN pou adrese konpòtman entimidasyon



Timoun yo entimide bezwen limit e konsekans yon fason pou yo apresye enpak konpòtman yo genyen sou lòt moun. Yo bezwen devlope konpasyon e afinite yon fason pou evite chèche relasyon dapre puisans, laperèz, e entimidasyon. Nou mete nèf mwayen pou adrese konpòtman entimidasyon pitit ou.

ADRESE ENTIMIDASYON TOUSWIT

Li kritik ke ou pale avèk pitit ou osito ou aprann ke yo ap endimide yon lòt timoun. Lè ou fè sa ou demontre non sèlmam ou okouran sou sityasyon an, men tou entimidasyon pa akseptab e yo pa pral tolere li. Kalme ou, pa itilize langaj dezonè, e montre enkyetid ou. Kareman di ke yo pral disipline pou chwa yo.

DETÈMINE RASIN KOZ LA

Pou devlope plan korèk pou disiplin pitit ou, ou bezwen reyalize poukisa pitit ou chwazi pou entimide yon lòt timoun. Pa egzanp, si pitit ou te entimide lòt timoun paske yo vle popilè oswa fè pa pati nan yon klik, ebyen ou pral bezwen pou adrese enpòtans amitye sen e reziste presyon kondisip. Sonje, pa chèche ekskiz pou pitit ou pou konpòtman yo.

RAPLE PITIT OU KE ENTIMIDASYON SE YON CHWA

Pitit ou dwe rekonèt ke kèlkeswa rezon yo chwazi pou entimide a, entimidasyon se yon chwa ke yo te fè e yo responsab pou aksyon yo. Asire ke pitit ou aksepte yo e pran responsablite yo. Kontinye diskite sityasyon la jiskaske pitit ou a kapab di ou ke yo konprann responsablite yo.

DEVLOPE KONSEKANS LOJIK

Chak sityasyon entimidasyon diferan e kòm yon rezilta, konsekans yo pral diferan. Pa egzanp, si pitit ou te itilize òdinatè oswa telefòm selilè yo pou entimide lòt timoun nan entènèt, ebyen konsekans lojik se ke li ta pral pèdi privilèj li pou itilize òdinatè oswa telefòm selilè. Se menm jan an tou, si pitit ou itilize estati yo nan ekip pon-pon tifi pou entimide lòt oswa entimide lòt paske yo fè pati yon klik, ebyen yo ta dwe pèdi estati sa a pou yon peryòd tan.

RETIRE PRIVILÈJ

Retire privilè se fòm disiplin ki popilè e dòdinè li trèzefikas. Pa egzanp, ou kapab retire aparèy elektewonik, privilèj pou patisipe nan fèt oswa aktivite espesyal, itilizasyon medya sosyal, e menm abilite pou rete lakay pou kont yo. Asire ke yonfwa ou retire objè sa a, pa ba yo li pi ta. Se pou ou klè sou konbyen tan ou pral revoke privilèj la.

SIPÒTE PLAN DISIPLINÈ LEKÒL LA

Lè ou asosye avèk lekòl pitit ou a e ou sipòte plan disiplin yo, ou pèmèt pitit ou a aprann yon leson valab nan lavi. Li montre ke genyen konsekans pou move chwa yo fè e manman ak papa yo pa pral pote yo sekou. Pi move desizyon ou kapab pran se pou kite move desizyon yo pase kote ou kapab eseye soulaje lapenn konsekans yo.

ANSEYE PITIT OU NOUVO KONPETANS

Rete atantif nan detay sou konpòtman entimidasyon pitit ou. Eske genyen konpetans ke pitit ou pa genyen ki ta kapab anpeche ensidan entimidasyon alavni tankou jesyon kolè e kontwòl enpilzyon? Oswa, eske pitit ou entimide pou yo aksepte li oswa pou li jwenn atansyon? Si te vre, sa kapab yon pwoblèm amou-pwòp. Ede pitit ou wè valè yo e merit yo konpare avèk sa kondisip yo genyen pou di.

PA ANBARASE PITIT OU

Anbarase pitit ou se yon fòm entimidasyon e li pa ta dwe itilize pou discipline. Yon egzanp sou sa se afiche yon foto anbarasan pitit ou sou yon medya sosyal avèk detay sou sityasyon yo. Timoun ki temwen paran yo angaje nan zak anbarasan konnen ke li akseptab pou anbarase oswa imilye lòt moun.

KONSANTRE SOU ITILIZASYON AFINITE

Asire ke pitit ou pran tan pou reyèlman panse sou kijan yo santi yo si se te yo moun t ap entimide. Lè timoun aprann pou yo wè bagay nan yon pèspektiv diferan, yo pral genyen mwens chans pou yo entimide moun ankò alavni. Alaverite, leve entelijans emosyonèl pitit ou epi fè yo konprann afinite mache byen pou anpeche entimidasyon

Eske pitit ou a se yon **VIKTIM** entimidasyon?

Timoun yo entimide pafwa santi se konmsiyò pa genyen moun ki kapab ede yo e ke pa genyen anyen yo kapab fè pou sispann sa. Otanke yon paran, rekonèt siy entimidasyon se on premye etap enpòtan pou kòmanse aji. Men kèk siy nou mete anba pou ou detekte si yo ap entimide pitit ou, men pa bliye se pa tout timoun yo entimide ki montre siy avètisman.

SIY AVÈTISMAN



Blesi ineksplikab



Rad, liv, aparèy elektwonik, oswa bijou pèdi oswa domaje



Souvan yo genyen tèt fèmal, vant fè mal, santi yo malad oswa pran pòz malad



Chanjman nan abitud alimantè, pase akote pou yo pa manje nan yon ti moman, oswa frezezi nan manje-kapab vini sot lekòl grangou paske yo pa te manje lekòl



Pa vle itilize twalèt lekòl la



Difikilte pou dòmi oswa pafwa genyen kochman nan dòmi



Nòt yo ap deklive, pa enterese nan travay lekòl, oswa pa vle ale lekòl



Yon ti moman ap pèdi zanmi oswa evite sityasyon sosyal



Santi san sekou oswa amou-pwòp diminye



Konduit oto-destriktif tankou kouri kite kay, fè tèt yo mal, oswa panse pou touye tèt yo

KÒMAN

pou ede moun ki se viktim entimidasyon

Timoun ki se viktim entimidasyon bezwen entèkansyon adilt yon fason pou yo ajiste pouvwa ki pa balanse a. Souvan viktim pa mande adilt pou èd akòz yo pè imilyasyon oswa yo pè pou endimidasyon an pa vin pi mal si yo di sa. Timoun ki sibi entimidasyon bezwen pou moun tande yo, kwè yo, pa blame pou aksyon entimidasyon ke yo ap resevwa a. Yo bezwen konnen ke entimidasyon kapab fini si yo mande pou èd. Men senk estrateji anba pou paran kapab itilize pou ede pitit yo atravè yon eksperyans entimidasyon.

KOURAJ

Si pitit ou vni kote ou avèk yon sityasyon entimidasyon, prepare pou ou koute san jijman. Ofri yon espas sekirite e favorab kote pitit ou kapab pataje eksperyans yo e ede yo avèk santiman yo. Reponn avèk afinite, enkyetid, e swen. Li enpòtan pou aprann tout sa ou kapab aprann sou sityasyon an, tankou mande pou konbyen tan li t ap sibi konpòtman sa a, kiyès ki lakoz li, e ki etap yo te pran pou rezoud li. Entimidasyon kapab twomatik e li kapab pran tan pou pitit ou devwale sa. Pran pasyans e pèmèt pitit ou pou li konfidan nan pwòp tèm li.

OFRI SIPÒ E ANKOURAJMAN

Rasire pitit ou ke ou kontan li diskite eksperyans sa a avèk ou. Pran etap ki konsantre sou sante emosyonèl e fizik li.

- Raple pitit ou a ke li PA pou kont li e se PA fot li
- Eksplike ke se responsablite ou otanke yon adilt pou ede yo e asire ke yo santi yo an sekirite
- Fè pitit ou konnen ke yo merite respè menm jan avèk tout lòt moun.
- Asire pitit ou a ke li genyen dwa pou sekirite nan lekòl e lakay

OTORIZE PITIT OU POU L DESIDE

Apre ou fin koute pitit ou a diskite eksperyans li avèk ou, ankouraje li pou kominike sa yo bezwen epi ede yo jwenn sa yo bezwen. Ankouraje oto-reprezantasyon kote yo pral travay ansanm pou kreye yon plan aksyon ki dekri yon estrateji e repons kont entimidasyon. Pale avèk pitit ou a sou kijan yo ta renmen pou sityasyon an diferan e kijan pou yo reyalize sa a. Angaje pitit ou nan solisyon salklas pisan anpil e li kapab konstwi konfidans yo e rezilyans yo.

PANSE SOU KILÈS ANKÒ KI KAPAB ANGAJE

Li enpòtan pou idantifye kiyès ki kapab ede pitit ou a. Lè yo entimide yon timoun, li kapab genyen yon enpak sou edikasyon li, byennèt emosyonèl, e menm sante fizik li. Angaje lòt moun tankou pwofesè e manb pèsònèl lekòl, yon doktè e yon konseye, yon antrenè, oswa dirijan aktivite klib konfyans. Travay avèk pitit ou a pou li idantifye kiyès pou kontakte, ki kesyon ou bezwen poze, e kijan ou pral angaje pou avansman sityasyon an. Asire ke ou pataje plan aksyon pitit ou a avèk lòt adilt ki angaje.

KONPRANN LWA RÈGLEMAN LOKAL E FEDERAL

Li enpòtan pou ou konnen dwa pitit ou konsènan sityasyon entimidasyon.

- Dokimante sous evènman e kominikasyon. Enfòmasyon ki dokimante kapab sèvi kòm istwa. Ekri avèk fè, se pa emosyonèl, e enkli kontèks nan nenpòt etap ou genyen plan pou pran oswa ki deja aplike. Konsève tout koresponsans ki ekri (kouryèl, tèks, afich mdeya sosyal)
- Rete okouran sou pozisyon lejislasyon Florid sou entimidasyon. Chak eta genyen diferan lwa e règleman konsènan entimidasyon, ansanm avèk egzijans sou kijan lekòl reponn
- Kontakte lekòl pitit ou a e egzije yon kopi règleman sou entimidasyon distri eskolè a

LYEN

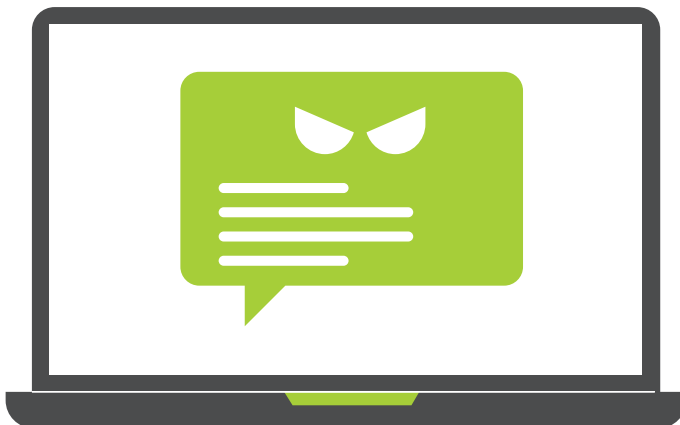
- Lwa Florid 1006.147 – Lwa Jeffrey Johnston (bit.ly/2VKpKF2)
- Règleman Konsèy Administrasyon Lekòl 5517.01 (bit.ly/2IkKlry)

Eske pitit ou angaje nan entimidasyon **NAN ENTÈNÈT?**

KISA KI ENTIMIDASYON NAN ENTÈNÈT?

Entimidasyon nan entènèt se itilize teknoloji pou takine, imilye, menase, epi/oswa nui yon moun kote yo kapab voye, afiche, oswa pataje kontni negatif, nuizib, fo, oswa mechan sou yon lòt moun. Yo kapab fèt avèk mesaj tèks, kouryèl, oswa medya sosyal. Entimidatè entènèt yo kapab voye kòmantè mechan, afiche foto anbarasan, fè sikile rimè, pataje enfòmasyon sou yon moun pou imilye oswa moke li anliy, oswa pran pòz se yon lòt moun li ye anliy pou fè yon lòt moun mal.

Entimidasyon anliy kapab domajan anpil akòz nati rapidite li avèk enpilz li sou konduit, animozite li e kantite moun yo kapab voye li bay aprè yo fin li l, e potansyèl li genyen pou sikile. Entimidatè a (oswa moun ki voye l la) pa menm kote avèk viktim nan e li pa wè kantite lapenn li lakoz.



SIY AVÈTISMAN

Entimidasyon anliy kapab rive si yon timoun:

- Genyen yon chanjman nan imou oswa konduit
- Remake li ale plis oswa mwens nan itilizasyon aparèy elektwonik, enkli mesaj tèks
- Li genyen repons emosyonèl (ap ri, li an kolè, li nève) nan sa ki ap pase nan aparèy yo
- Sere ekran oswa aparèy la lè genyen lòt moun bò kote li e evite diskisyon sou ki sa l ap fè nan aparèy li
- Fèmen kont medya sosyal oswa kreye lòt kont
- Evite sitiasyon sosyal, pa menm sa yo ke yo konn renmen oparavan
- Yo montre repli oswa depresyon, oswa pèdi entansyon nan moun e aktivite

KIJAN pou anpeche entimidasyon anliy

SANSIBILIZASYON NIMERIK

Kòm monn nimerik la kontinye ap evolye, li enpòtan anpil pou paran okouran sou aktivite pitit yo anliy. Afiche kontni nuizib oswa negatif anliy kapab pa sèlman nui lòt moun, men li kapab afekte repitasyon yon timoun anliy, ki kapab genyen enplikasyon negatif alavni pou yo ba yo travay oswa admèt yo nan kolèj. Atreprann etap nesès pou pwoteje pitit ou kont konduit nimerik nuizib.

- Kontwoke kont medya sosyal, aplikasyon, e istwa navigasyon pitit ou a
- Revize oswa retabli lokasyon telefòn e anviwònman prive pitit ou a
- Swiv oswa fè zanmi avèk pitit ou nan sit medya sosyal li oswa fè yon adilt ou konsye fè sa a
- Rete okouran sou nenpòt aplikasyon, platfòm medya sosyal, e ago nimerik ki fèk parèt
- Mete telefòn selilè timoun nan chanm paran leswa yon fason pou redui aktivite ki pa kapab kontwole

KONTWOLE AKTIVITE NIMERIK

Itilize kontwòl parantal e kontwole lojisyèl nan aparèy pitit ou. Genyen lojisyèl opsyon gratis e aplikasyon ki disponib pou ede paran kontwole kontni, bolke sit entènèt, e verifiye aktivite pitit yo anliy. Konsidere laj pitit ou e aparèy pou itilize lè yo chwazi lojisyèl pou kontwole-si sa ki apwopriye pou yon timoun di zan pa kapab bon pou yon timoun ki nan laj adolesan.

ETABLI RÈGLEMAN

Paran kapab kreye konfyans avèk pitit yo kote yo kapab òganize diskisyon ouvè, onèt ki kominike valè e atant sou konduit nimerik apwopriye.

- Etabli atant klè e fonde ki souliyen ke posede yon telefòn selilè e kont medya sosyal se yon privilèj
- Asire ke pitit ou konprann ke aktivite nimerik yo pral kontwole
- Edike pitit ou sou efè nuizib entimidasyon anliy, kontni rayisab, sèkting, e pataje foto toutouni yo bay lòt moun kapab fè
- Se pou ou klè sou ki kontni yo kapab wè oswa pataje
- Idantifye ki aplikasyon ki apwopriye pou pitit ou itilize e kiyès ki pa apwopriye
- Etabli limit sou kantite tan pitit ou kapab pase anliy oswa itilize aparèy yo
- Sèvi kòm modèl sou konduit nimerik pozitif, respektive nan pwòp aparèy e kont medya sosyal ou
- Chèche konnen non itilizatè e modpas pitit ou pou kont kouryèl e sosyal medya li. Si pitit ou chanje yon modpas san li pa di ou, retire privilèj aparèy/medya sosyal yo kòm yon konsekans

RAPÒTE ENTIMIDASYON ANLIY

Si ou sispèk yo ap entimide yon timoun anliy, rapòte li touswit yon fason pou yo travay sou sa.

- Pa reponn oswa pa sikile mesaj entimidasyon anliy
- Mentni evidans entimidasyon anliy – konsève e enprime kapti ekran, kouryèl, e mesaj tèks
- Bloke moun ki ap entimide ou anliy la

RAPÒTE ENTIMIDASYON ANLIY NAN LEKÒL OU A

Entimidasyon anliy kapab kreye yon anviwònman deranje nan lekòl e pafwa li genyen rapò avèk moun ki ap entimide lòt moun. Lekòl la kapab itilize enfòmasyon yo pou eseye rezoud sitiyoasyon an.

RAPÒTE ENTIMIDASYON ANLIY BAY MOUN KI AP BAY SÈVIS YO

Entimidasyon anliy pafwa volye tèm ak sèvis sit medya sosyal e ajans ki ap bay sèvis nan entènèt. Rapòte akativite entimidasyon anliy bay sit medya sosyal yo yon fason pou yo kapab aji kont itilizatè ki ap abize sèvis yo.

RAPÒTE ENTIMIDASYON ANLIY BAY FÒS-DE-LÒD

Si entimidasyon anliy genyen pou wè avèk menas vyolans, pònografi timoun, mesaj eksplisit seksyèl/ foto, enpètinans, oswa krim, rapòte aktivite yo bay fòt-de-lòd yo.

Pwoteje Timoun nan

MEDYA NIMERIK

PWOTEJE VIPRIVE PITIT OU ANLIY

Genyen de jan viprive anliy. Viprive pèsònèl repitasyon pitit ou anliy e viprive konsomatè ki refere ak konpani done kapab kolekte sou pitit ou pandan entèksyon oswa tranzaksyon anliy. Toulede enpòtan, e ti etap senp kapab ede paran e timon mentni enfòmasyon prive yo konfidansyèl.



SÈVIS LOKASYON

Fèmen sèvis lokasyon yo. Sa anpeche kontwòl lokasyon ou.



IDANTIFIKASON SOSYAL

Lè ou idantifye ou nan yon sit avèk Facebook ou oswa non itilizasyon oswa modpas Google la, ou kapab pèmèt aplikasyon an jwenn aksè nan enfòmasyon ki nan pwofil ou. Li ti lèt piti yo pou konnen kisa ou ap pataje.



PATAJE DONE

Pa kite aplikasyon an pataje done. Kèk aplikasyon vle itilize enfòmasyon ki estoke nan telefòn ou (egzanp lis kontak ou).



ETABLISMAN

KONFIDANSYÈL APLIKASYON

Aktive etablisman konfidansyèl nan aplikasyon e sit medya sosyal ou itilize. Asire pitit ou a itilize anviwònman viprive estrik nan sèvis medya sosyal li e nan jwèt anliy. Fè enstalasyon an ou menm ou e swiv yo detanzantan.

ETABLI LIMIT POU ITILIZE APARÈY/TAN NAN EKTRAN

Konsidere si ou ta va itilize estrateji sa yo:

- Fèmen aksesibilite Wi-Fi pitit ou a leswa
- Mete chajè telefòn selilè pitit ou a nan chanm ou. Li pa bezwen aksè nan telefòn li 24/7
- Fè li “fèmen” konsòl distans jwèt elektwonik yo oswa plòg elektrik la leswa.

MENNEN KONVÈSASYONN SOU SEKIRITE ANLIY

Konsidere si ou ta kòmanse konvèsasyon sa yo:

- Ki sit e aplikasyon ou itilize?
- Eske ou janm wè yon bagay anliy ou pa te vle wè?
- Eske ou janm pale avèk moun ou pa konnen anliy?
- Sou kisa nou te pale?
- Kijan ou deside kilès pou adisyon kòm yon zanmi nan medya sosyal?
- Kisa ou fè si yon moun ta voye yon mesaj tèks oswa yon foto ki pa apwopriye?
- Eske ou janm pale avèk yon moun ke ou fenk rankontre anliy nan telefòn selilè ou?

Akò Medya Fanmi

Mwen, _____, pral:
(non timoun nan)

... PWOTEJE TÈT OU.

- Mwen pa pral kreye kont oswa devwale okenn enfòmasyon prive (non ak siyati, dat nesans, adrès, nimewo telefòn) san pèmisyon fanmi mwen
- Mwen pa pral pataje modpas mwen avèk okenn lòt moun apa ke fanmi mwen. Mwen pral mande fanmi mwen pou ede m etabli viprive mwen si mwen vle etabli aparèy, kont, oswa pwofil
- Si yon moun ap ban m presyon oswa rann mwen pa konfòtab oswa aji nan fason ki pa apwopriye anliy, mwen pral sispann pale avèk moun sa a e mwen pral di yon manb fanmi oswa lòt adilt mwen fè konfyans sou sa

... PANSE ANVAN.

- M pap entimide, imilye, oswa nui okenn moun anliy (keseswa se atravè pataje foto, videyo, oswa kapti ekran, fè sikile rimeè oswa bava, oswa etabli fo pwofil) e mwen pral kanpe kont moun ki fè sa
- Mwen konnen ke nenpòt sa mwen pataje anliy kapab sikile rapid e lwen. Mwen pa pral afiche okenn bagay anliy ki kapab nui repitasyon m
- Nenpòt lè mwen itilize, refere, oswa pataje travay kreyasyon yon moun anliy, mwen pral bay otè oswa atis la kredi l merite
- Mwen konnen ke se pa tout bagay mwen li, tandè, oswa wè anliy ki laverite. Mwen pral konsidere si yon sous oswa otè kredib

... EKILIBRE TÈT MWEN.

- Mwen pral ede fanmi mwen etabli limit tan pou medya ki bon pou nou, e answit mwen pral swiv yo
- Mwen pral konsyan sou konbyen tanm pase devan ekran, e mwen pral kontinye rejwi nan lòt aktivite e lòt moun ki nan lavi m
- Si itilize medya oswa ale anliy pa fè m byen oswa li difisil pou m sispann sa, mwen pral fè efò pou sispann ale anliy e pale avèk manb fanmi mwen

... KOMINIKE OUVÈTMAN.

- Mwen pral pale avèk fanmi sou ki medya mwen itilize e kisa mwen regle anliy e reponn nenpòt kesyon yo poze ouvètmàn e onètman
- Mwen pral di fanmi mwen si mwen jwenn difikilte pou m itilize medya, mwen komèt fot anliy, oswa mwen bezwen èd

AN ECHANJ, FANMI MWEN DAKÒ POU YO:

- Rekonèt ke medya se yon gwo pati nan lavi, menm si se pa tout tan yo rekonèt poukisa
- Pale avèk mwen sou kisa ki enkyete yo e poukisa yo di “non”
- Pale avèk mwen sou enterè mwen e anbrase monn mwen an, enkli ede mwen jwenn medya ki apwopriye e amizan

.....

(siyati timoun nan)

(siyati paran/responsab)

.....

ESTRATEJI

Prevansyon kont Entimidasyon pou Elèv

KISA MWEN KAPAB FÈ SI YO ENTIMIDE M?

MANDE ÈD - RAPÒTE LI

Rapòte konpòtkman entimidasyon bay yon adilt. Si li parèt difisil pou devwale sa, mande lòt elèv, pwofesè, frè e sè pou ede ou fè sa.

AFIME TÈT OU

Lè yon moun endimide ou, ou kapab di, “tanpri sispann sa. M pa renmen l.”

ITILIZE IMÈ

Eseye jwenn yon fason amizan pou fè fas avèk entimidatè.

EVITE ENTIMIDATÈ

Rete lwen moun ki genyen move jan e rete lwen kote yo ap endimite moun. Rete pre adilt e lòt timoun.

ITILIZE OTO-DISKISYON

Lè yon moun fè move jan avèk ou, di tèt ou, “mwen pa gen pwoblèm. Sa se pwoblèm timoun nan sa. Mwen se yon bon timoun; li pa bon pou moun fè move jan avèk lòt moun.”

POSEDE LI

Pafwa ou kapab epuize yon ka meprizan kote ou kapab posede li. Pa egzanp, si yon moun di, “Wòb sa a lèd,” ou kapab di, “mwen pa renmen l tou, men manman m fè mwen mete li.”

KIJAN M KAPAB PWOTEJE TÈT MWEN KONT ENTIMIDASYON ANLIY?

PANSE ANVAN OU AFICHE YON BAGAY

Toujou panse sou kisa ou afiche ANVAN ou afiche l. Ou pa janm konnen kisa yon moun kapab sikile bay lòt moun. Lè ou jantiy avèk lòt moun anliy ede ou pwoteje tèt ou. Pa pataje anyen ki kapab ofanse oswa anbarase okenn moun.

PWOTEJE MODPAS OU

Pa kite lòt timoun konnen modpas ou. Ata menm timoun ki zanmi ou anliy kapab bay lòt moun li oswa itilize li nan movèz kondisyon.

VERIFYE ANVIWÒNMAN KONFIDANSYALITE OU

Panse sou kilès ki genyen pou wè m afiche anliy nan. Eske se yon etranje? Zanmi ou? Asire ke ou etabli anviwònman viprive ou kòrèkteman yon fason pou ou kontwole kiyès ki wè kisa.

PALE AVÈK PARAN OU

Mete paran ou okouran kote ou kapab di yo kisa ou wè anliy. Zanmi avèk moun oswa swiv moun nan medya medya. Koute yo genyen pou di sou kisa li ye a e kisa ki pa bon pou fè. Yo sousye pou ou e yo vle ou rete an sekirite.

RAPÒTE ENTIMIDASYON ANLIY

Pale avèk yon adilt ou konfye sou nenpòt mesaj ou resevwa oswa bagay ou wè anliy ki fè ou tris oswa pè.

KISA MWEN KAPAB FÈ SI MWEN WÈ YO AP ENTIMIDE YON Lòt MOUN?

AJI KÒM YON DEFANSÈ Pran kouraj pou aji. Yon defansè se yon moun ki wè kisa ki pase e ki angaje oswa pale pou sispann entimidasyon.

ITILIZE TEKNIK KREYATIF POU REZOUZ PWOBLEM Vini avèk yon fason itil pou fè fas avèk pwoblèm entimidasyon.

DI YON ADILT Rapòte entimidasyon an bay yon adilt. Se pa bava, l ap ede pwoteje lòt moun.

RELATE RANKONT Se pou ou genyen konpasyon pou moun yo ap entimide a. Montre ou sousye kote ou kapab enkli yo nan gwoup ou. Chita avèk yo nan dejene oswa nan bis la, oswa envite yo pou chita avèk ou.

MONTRE AFINITE Eseye konprann santiman moun yo ap entimide a. Leve vwa ou kont entimidasyon.

FÈ PATI SOLISYON AN Si ou wè yon bagay, di sa. Yon moun ki rete ap gade moun ki ap entimide lòt epi ki pa fè anyen vin fè pati nan pwoblèm nan. Pa pè pou angaje oswa rapòte moun ki ap entimide yon lòt moun.

SOURCES

- Compilation of content from research by Dan Olweus, Ph.D.
- PACER's National Bullying Prevention Center (<http://pacer.org/bullying>)
- Parent Toolkit (<http://www.parenttoolkit.com>)
- StopBullying.gov (<http://stopbullying.gov>)
- Verywell Family (<http://verywellfamily.com>)