

เกราะกันภัย ลูกห่างไกลการรังแก

การรังแกส่งผลกระทบต่อคนที่ถูกรังแก และคนที่ลงมือรังแก ทั้งในระยะสั้น และระยะยาวในการเติบโตเป็นผู้ใหญ่ พ่อแม่ผู้ปกครองจึงควรเร่งแก้ไข ไม่มองเป็นเรื่องเล็ก หรือเด็กหยอกล้อกันเล่น



การรังแกทางกาย
โดยการชกต่อย ผลัก ตบตี

การรังแกกัน มีหลายรูปแบบ

การรังแกด้วยคำพูด
ด้วยการแซว ล้อเลียน
เยาะเย้ย เสียดสี นินทา



การรังแกทางจิตใจ
โดยการข่มขู่ บังคับ
หรือการกีดกันไม่ให้
เข้าร่วมกลุ่ม ทำให้รู้สึก
เจ็บปวด เสียใจ



การรังแกทางอินเทอร์เน็ต
โพสต์ข้อความโจมตี หยาดคาย
หลอกลวง ล้อเลียน คุกคาม
ผ่านออนไลน์



แก้ปัญหา ลูกรังแกเพื่อน

ยกทวนตัวเอง ผู้ใหญ่ทำตัวเป็นแบบอย่างความรุนแรงหรือเปล่า ถ้าใช่ ก็ต้องแก้ไข

ปัญหามาจากไหน ลองสังเกตว่าลูกสัมพันธ์กับคนอื่นอย่างไร

คนอื่นไม่ยอมรับการรังแก เป็นสิ่งที่ผู้ปกครองต้องบอกให้ลูกรู้

เข้าใจความต่าง ชี้ให้เห็นว่าความแตกต่างเป็นเรื่องธรรมดา ลูกต้องสุภาพกับทุกคน

ชมเชย เวลาที่ลูกพูดดี ทำดีกับคนอื่น

หาตัวช่วย ถ้าแก้ปัญหาไม่ได้ ให้ขอคำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญด้านเด็ก



แก้ปัญหา ลูกถูกรังแก

สนใจ ให้กำลังใจ รวบรวมข้อมูลเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น

ติดต่อครู หรือครูใหญ่ ย้ำความตั้งใจ ว่าต้องการยุติการรังแกกัน เพื่อเด็กทุกคน

อย่าติดต่อผู้ปกครองของเด็กที่รังแกลูก เพราะเหตุการณ์อาจรุนแรงกว่าเดิม ให้โรงเรียนเป็นคนติดต่อ

พัฒนาความสามารถที่ลูกมีอยู่ เพื่อให้ลูกมีความมั่นใจมากขึ้น คนที่มีท่าทีเชื่อมั่น คนอื่นจะไม่กล้ารังแก

ขอความช่วยเหลือ สอนให้ลูกรู้วิธีขอความช่วยเหลือถ้าถูกรังแก ยืนยันกับลูกว่า นี่ไม่ใช่การ "ชี้ฟ้อง"

บ้านคือพื้นที่ปลอดภัย ทำให้ลูกรู้ว่าทุกคนพร้อมช่วยเหลือ โดยมีการพูดคุยกันอย่างสม่ำเสมอ

