डराना-धमकाना (बुलीइंग)

इसको रोकने में हम सब मदद कर सकते हैं

प्रारंभिक और माध्यमिक स्कूल के छात्रों के

माता-पिता के लिये एक मार्गदर्शिका

वसंत 2013

Ontario

डराने-धमकाने के प्रभाव स्कूल के प्रांगण के बाहर तक जाते हैं। माता-पिता* के रूप में, आपको किस बात का ध्यान रखना है, आप क्या कर सकते हैं और आप मदद के लिये कहाँ जा सकते हैं, इसकी जानकारी यहाँ दी गई है।

*इस मार्गदर्शिका में "माता-पिता" का मतलब माता-पिता और अभिभावकों से है।

डराना-धमकाना क्या है?

डराना-धमकाना ऐसा आक्रामक बर्ताव है जो विशिष्ट रूप से समय के साथ दोहराया जाता है। इसका उद्देश्य नुकसान पहुँचाना, डराना या कष्ट पहुँचाना या किसी अन्य व्यक्ति के लिये स्कूल में नकारात्मक पर्यावरण बनाना होता है। डराना-धमकाना ऐसी स्थिति में होता है जहाँ कोई वास्तविक या महसूस किया गया शक्ति का असंतुलन हो।

इसकी पूर्ण परिभाषा The Education Act (शिक्षा कानून), http://www.e-laws.gov.on.ca में दी गई है।

डराने-धमकाने के प्रकार

यदि मेरे बच्चे को शारीरिक रूप से चोट न पहुँची हो तो क्या यह डराना-धमकाना है?

डराना-धमकाना कई रूप ले सकता है। यह निम्न प्रकार से हो सकता है:

- **शारीरिक** - प्रहार, धक्का देना, संपत्ति को नुकसान पहुँचाना या चुराना
- **मौखिक** - नाम लेकर पुकारना, मजाक उड़ाना, या लैंगिक, जातिसंबंधी, या मानव द्वारा घृणित फब्तियाँ कसना
- **सामाजिक** - अन्य लोगों को किसी समूह से अलग रखना या उनके बारे में अफवाहें फैलाना
- **लिखित** - ऐसी टिप्पणियाँ या संकेत लिखना जो तकलीफ पहुँचाने वाले या अपमानजनक हों
- **इलेक्ट्रॉनिक** (आम तौर पर साइबर-बुलीइंग के नाम से जानी जाने वाली) - ई-मेल, सैल फोनों (उदा., टेक्स्ट मैसेजिंग) के प्रयोग के जरिये, और सामाजिक मीडिया साइट पर अफवाहें फैलाना या तकलीफ पहुँचाने वाली फब्तियाँ कसना।

इलेक्ट्रॉनिक बुलीइंग (डराना-धमकाना) या साइबर-बुलीइंग क्या है?

यह इलेक्ट्रॉनिक संचार है:

- जिसका प्रयोग अन्य व्यक्ति को परेशान करने, धमकाने या लज्जित करने के लिये किया जाता है।
- जो ईमेल, सैल फोनों, टेक्स्ट मैसेजिस और सामाजिक मीडिया साइटों का प्रयोग धमकाने, परेशान करने, लज्जित करने, सामाजिक रूप से अलग करने या मानहानि करने और मित्रताओं को हानि पहुँचाने के लिये करता है।
- जिसमें नीचा दिखाना, बेइज्जती करना शामिल है और जिसमें अफवाहें फैलाना, गोपनीय जानकारी, तस्वीरें या वीडियो साझा करना या किसी को हानि पहुँचाने की धमकी देना भी शामिल हो सकता है।
- जो सदैव आक्रामक और तकलीफदेह होता है।

ओंटारियो के स्कूलों में, प्रधानाचार्यों से साइबर-बुलीइंग को रोकने की अपेक्षा की जाती है यदि इसका असर स्कूल के वातावरण पर हो रहा हो। उदाहरण के लिये, यदि किसी छात्र को डराया-धमकाया जा रहा हो, और स्कूल में अन्य छात्रों को उसके बारे में भेजे गए किसी ईमेल संदेश के परिणामस्वरूप वह लज्जित महसूस करता/करती है, तो वह स्कूल जाना नहीं चाहेगा/चाहेगी।

चाहे वह किसी भी रूप में हो, डराना-धमकाना अस्वीकरणीय है।

डराना-धमकाना तब होता है जब लोगों के बीच शक्ति का असंतुलन होता है। “असंतुलन” का मतलब हो सकता है कि एक छात्र अधिक आयु का है, भिन्न जाति का है या उसके दूसरों से अधिक मित्र हैं।

क्या संघर्ष और डराना-धमकाना एक ही बात है?

लोग कभी-कभी संघर्ष को डराना-धमकाना समझ सकते हैं, लेकिन ये भिन्न बातें हैं।

संघर्ष ऐसे दो या अधिक लोगों के बीच होता है जिनमें किसी बात पर असहमति, राय की भिन्नता या भिन्न विचार होते हैं। छात्रों के बीच संघर्ष का अर्थ हर बार डराना-धमकाना नहीं होता है। बच्चे छोटी उम्र में सीखते हैं कि अन्य लोगों का दृष्टिकोण उनके अपने दृष्टिकोण से भिन्न हो सकता है, लेकिन दृष्टिकोण पाने की क्षमता का विकास करने में समय लगता है और यह प्रक्रिया प्रारंभिक वयस्कता में जारी रहती है (Stepping Stones: A Resource on Youth Development, पृष्ठ 26)।

संघर्ष में, प्रत्येक व्यक्ति को अपने विचार प्रकट करने में आराम महसूस होता है, और इसमें शक्ति का कोई असंतुलन नहीं होता है। प्रत्येक व्यक्ति अपने विचार पेश करने में सक्षम महसूस करता है। संघर्ष का सकारात्मक या नकारात्मक होना इस पर निर्भर होता है कि लोग संघर्ष से कैसे निपटते हैं ।

संघर्ष तब नकारात्मक हो जाता है जब कोई व्यक्ति हानिकारक बात या काम करके आक्रामक बर्ताव करता है। तब संघर्ष एक आक्रामक अंतरक्रिया होता है। संघर्ष केवल तभी डराना-धमकाना बनता है जब इसे बार-बार दोहराया जाता है और शक्ति का असंतुलन होता है। समय के साथ, बर्ताव का एक ढंग विकसित हो सकता है जहाँ वह व्यक्ति जो संघर्ष में आक्रामक बर्ताव करता है वह उसे जारी रख सकता या और बिगाड़ सकता है। जो व्यक्ति आक्रामक संघर्ष का प्राप्तकर्ता होता है वह अपना दृष्टिकोण प्रकट करने में कम से कम सक्षम महसूस कर सकता है और अधिक से अधिक शक्तिहीन महसूस करता है। यह वह समय है जब नकारात्मक संघर्ष डराने-धमकाने में बदल सकता है।

स्कूल डराने-धमकाने और संघर्ष का सामना भिन्न तरह से करेगी। उदाहरण के लिये, संघर्ष के मामले में, स्कूल के स्टाफ का कोई सदस्य छात्रों को अपनी बात कहने के लिए एकत्र कर सकता है और मिलकर स्थिति को हल करने में सहायता कर सकता है।

डराने-धमकाने के मामले में, प्रधानाचार्य प्रगतिशील अनुशासन पर विचार कर सकता है, जिसमें निलंबन या निष्कासन शामिल हो सकता है।

डराना-धमकाना कितनी गंभीर समस्या है?

डराना-धमकाना कभी भी स्वीकार्य नहीं है? इसे केवल “बड़े होने का हिस्सा” नहीं मानना चाहिये। शोध और अनुभव सतत रूप से दर्शाते हैं कि डराना-धमकाना एक गंभीर मुद्दा है, जिसके परिणाम संबद्ध छात्रों, उनके परिवारों और साथियों, तथा उनके इर्दगिर्द के समुदाय के लिये दूरगामी होते हैं।

जो बच्चे पीड़ित होते हैं, अन्य बच्चों को डराते-धमकाते हैं, या दोनों, उन्हें कई भावनात्मक, बर्ताव-संबंधी और रिश्तेदारी की समस्याओं के होने का जोखिम होता है, और उन्हें न केवल स्कूल में, बल्कि उनके सारे जीवन में स्वस्थ संबंध स्थापित करने के लिये वयस्कों के समर्थन की जरूरत पड़ती है।

Centre for Addiction and Mental Health (CAMH) (लत और मानसिक स्वास्थ्य के लिए केंद्र) के एक 2011 के अध्ययन के अनुसार, ओंटारियो के लगभग तीन में से एक छात्र (29 प्रतिशत) स्कूल में डराए-धमकाए जाने की सूचना देते हैं।

जिन बच्चों को डराया-धमकाया जाता है वे अकसर सामाजिक चिंता, अकेलेपन, संबंध-विच्छेद, शारीरिक बीमारियों और आत्मसम्मान की कमी का अनुभव करते हैं। वे भय से ग्रस्त भी हो सकते हैं, आक्रामक बर्ताव अपना सकते हैं, या अवसाद में जा सकते हैं। कुछ छात्र स्कूल में अनुपस्थित हो सकते हैं, उनके अंक कम हो सकते हैं, या वे पूरी तरह से स्कूल ही छोड़ सकते हैं क्योंकि उन्हें डराया-धमकाया गया है।

वे बच्चे या किशोर जो अन्य लोगों को कष्ट पहुँचाने के लिये शक्ति और आक्रामकता का उपयोग करना सीख जाते हैं साधारण तौर पर सही और गलत के बीच अंतर पर ध्यान देना बंद कर सकते हैं। अंततः, वे निंदित वयस्क बन सकते हैं। इसलिये, जितना जल्दी संभव हो डराने-धमकाने को रोकने में उनकी सहायता करना महत्वपूर्ण है।

क्या लड़के और लड़कियाँ समान तरीके से डराते-धमकाते हैं?

लड़के और लड़कियाँ दोनों ही डराने-धमकाने में शामिल हो सकते हैं। लड़कों द्वारा शारीरिक तौर पर डराने-धमकाने की संभावना होती है, जबकि लड़कियाँ आम तौर पर अधिक अप्रत्यक्ष तरीके अपनाती हैं, जैसे सहपाठियों के बारे में गपशप करना या गतिविधियों या समूहों में से बाहर निकालकर उन्हें अलग करना। उम्र के साथ, तथापि, लड़कों और लड़कियों दोनों के द्वारा मौखिक और सामाजिक तरीकों से डराने-धमकाने की अधिक संभावना होती है।

मैं कैसे कह सकता/सकती हूँ कि मेरे बच्चे या किशोर को डराया-धमकाया जा रहा है?

एक छोटी बच्ची शायद "बुली" शब्द को न समझे, लेकिन वह जानती है कि कोई कब नीच काम कर रहा है, उसे चोट पहुँचा रहा है, या उसे दुखी या डरा हुआ महसूस करा रहा है। हो सकता है कि वह आपको न बताए क्योंकि उसे डर हो सकता है कि यदि वह किसी को "बताएगी", "चुगली करेगी" या "भागेगी" तो बात और बिगड़ सकती है।

चुगली करना बनाम बताना

चुगली करना	बताना
किसी व्यक्ति को परेशानी में डालने के लिये उसके बारे में बताना चुगली करना है।	बताना उस समय मदद पाना है जब आपको या आपकी पहचान के किसी व्यक्ति को चोट पहुँचाई जा रही है, या सुरक्षित रहने का आपका या उनका अधिकार छीना जा रहा हो।

(Ontario Teachers' Federation (OTF) और Le Centre Ontarien de prévention des agressions (COPA), Creating Safe Schools, January 2012, पृष्ठ 56)

हो सकता है कि आपका किशोर आपको न बताए कि कोई समस्या है और बर्ताव का वर्णन करने के लिये "डराने-धमकाने" की बजाय "उत्पीड़न" जैसे शब्द का प्रयोग कर सकता है। किशोर अकसर चीजों से खुद निपटना पसंद करते हैं। वे शायद समझ सकते हैं कि आप परेशान हो जाएँगे, कि आप उनकी प्रौद्योगिकी जैसे उनके सैल फोन छीन लेंगे, या वे माता-पिता को लिप्त करने में लज्जित महसूस कर सकते हैं।

भले ही वह इस बारे में बात न करे, तो भी आप ऐसे संकेतों की तलाश कर सकते हैं जिनसे पता लगता है कि उनको डराया-धमकाया जा रहा है। यहाँ कुछ ध्यान देने योग्य संकेत हैं:

- जो बच्चे डराए-धमकाए जा रहे हैं वे स्कूल जाना नहीं चाह सकते हैं या स्कूल के दिनों में रो सकते हैं या बीमार महसूस कर सकते हैं।
- हो सकता है कि उन्हें अन्य बच्चों के साथ गतिविधियों या सामाजिक समारोहों में भाग लेने की इच्छा न हो।
- जैसा वे सामान्यतया करते हैं उससे हट कर बर्ताव कर सकते हैं।
- वे अचानक पैसे या व्यक्तिगत वस्तुएँ खोना शुरू कर सकते हैं, या फटे कपड़ों या टूटी हुई वस्तुओं के साथ घर आ सकते हैं, और ऐसे स्पष्टीकरण दे सकते हैं जिनका कोई मतलब नहीं होता है।
- जो किशोर डराए-धमकाए जाते और/या परेशान किये जाते हैं वे स्कूल छोड़ देने के बारे में भी बात कर सकते हैं और उन गतिविधियों को छोड़ना शुरू कर सकते हैं जिनमें अन्य छात्र शामिल हों।

मेरे बच्चे को डराया-धमकाया जा रहा है। मुझे क्या करना चाहिये?

- अपने बच्चे की बात सुनें और उसे विश्वास दिलाएँ कि सुरक्षित रहना उसका अधिकार है।
- तथ्यों के बारे में स्पष्ट रहें। क्या हुआ और कब हुआ इस पर नोट्स बनाएँ।
- अपने बच्चे को यह समझने में मदद करें कि "शिकायत करने", "चुगली करने" या "बताने" तथा रिपोर्ट करने के बीच भिन्नता है। रिपोर्ट करने के लिये साहस की जरूरत पड़ती है। रिपोर्टिंग किसी अन्य छात्र को परेशान करने के लिए नहीं बल्कि सभी छात्रों की रक्षा के लिये की जाती है।
- आपके बच्चे/किशोर के अध्यापक, एक अन्य अध्यापक जिस पर आपका बच्चा/किशोर विश्वास करता है या स्कूल के प्रधानाचार्य या उप-प्रधानाचार्य से बात करने के लिये समय लें।
- मुश्किल होने पर भी शांत रहने का प्रयास करें ताकि आप अपने बच्चे का समर्थन कर सकें और उसके साथ बैठ कर कार्य करने के एक मार्ग की योजना बनाएँ।
- पथ पर बने रहें। अपने बच्चे के बर्ताव पर नजर रखें। यदि स्कूल के स्टाफ के साथ आपकी बैठकों से डराना-धमकाना नहीं रुका है, तो वापस जाएँ और प्रधानाचार्य से बात करें। बैठक में सहमत किये गए कदमों का पालन करें।
- यदि डराना-धमकाना स्कूल के बाद की गतिविधियों या खेल-कूद के समारोहों के दौरान हो रहा हो तो प्रशिक्षक या कोच से बात करें।
- यदि डराना-धमकाना अपराधपूर्ण बर्ताव से लिप्त हो, जैसे लैंगिक हमला या किसी हथियार का उपयोग, या यदि आपके बच्चे की सुरक्षा को खतरा स्कूल की बजाय समुदाय में हो, तो पुलिस से संपर्क करें।

> समवेदना अन्य व्यक्ति के द्वारा अनुभव की जा रही भावनाओं को पहचानने और साझा करने की क्षमता है। यह किशोरवय के अंत में विकसित होती है और सामान्यतया प्रारंभिक वयस्क जीवन तक पूरी तरह से विकसित नहीं होती है। बचपन में, समवेदना का एक मूल रूप प्रकट होता है, जब बच्चे अन्य लोगों को परेशान देखते हैं तो परेशानी महसूस करने लगते हैं।
>
> (Stepping Stones: A Resource on Youth Development, पृष्ठ 25)।

मैं डराने-धमकाने का सामना करने में अपने बच्चे की कैसे मदद कर सकता/सकती हूँ?

अपने बच्चे या किशोर की डराने-धमकाने की समस्या का सामना करने में सहायता करने के लिये स्कूल के साथ काम करके आप उदाहरण बनकर नेतृत्व कर रहे हैं और एक स्पष्ट संदेश दे रहे हैं कि डराना-धमकाना गलत है।

उम्र की परवाह किये बिना, आप अपने बच्चे की डराने-धमकाने के बारे में बात करने के लिये प्रोत्साहित करके और निम्न सलाह देकर मदद कर सकते हैं:

- शांत रहो और स्थिति से **दूर चले जाओ**।
- **किसी वयस्क** जिस पर तुम्हें विश्वास हो - शिक्षक, प्रधानाचार्य, स्कूल बस ड्राइवर या भोजनकक्ष पर्यवेक्षक - **को बताओ** कि क्या हुआ था या गुमनाम रुप से रिपोर्ट करो।
- **इसके बारे में** अपने भाइयों या बहनों, या मित्रों से **बात करो**, ताकि तुम्हें न लगे कि तुम अकेले हो।
- **किड्स हेल्प फोन** को 1-800-668-6868 पर कॉल करो या **www.kidshelpphone.ca** पर जाओ।

क्या यह संभव है कि मेरा बच्चा अन्यों को डरा-धमका रहा है?

जो बच्चे डराते-धमकाते हैं वे कभी-कभी ऐसा घर और स्कूल दोनों जगहों पर करते हैं। अपने खुद के घर के भीतर देखें और सुनें। क्या ऐसे कोई संकेत हैं कि आपका कोई बच्चा अपने किसी भाई या बहन को डरा-धमका रहा है?

जो बच्चे डराते-धमकाते हैं वे कभी-कभी घर पर आक्रामक और विध्वंसक हो सकते हैं और घरेलू नियमों का आदर नहीं करते हैं। यदि आप चिंतित हैं कि आपका बच्चा अन्य लोगों को डरा-धमका रहा है, तो देखें कि जब वे आपके घर आते हैं तो भाई-बहनों के साथ, आपके साथ, और मित्रों के साथ कैसे अंतरक्रिया करते हैं। यदि वे आक्रामक लगें, या उनमें न बन रही हो या समवेदना न दिखाएँ - तो ये इस बात के संकेत हो सकते हैं कि वे स्कूल में अन्यों को डरा-धमका रहे हैं।

जो बच्चे अन्य छात्रों को शारीरिक रूप से डराते-धमकाते हैं, वे भी चोटों, खरोंचों, और फटे हुए कपड़ों के साथ घर आ सकते हैं। उनके पास खर्च करने के लिए अकस्मात सामान्य से अधिक धन हो सकता है या ऐसी नई वस्तुएँ मिल सकती हैं जो वे सामान्यतया खरीद नहीं सकते हैं। वे अन्य छात्रों के बारे में "सख्ती से बात" भी कर सकते हैं।

डराने-धमकाने का बर्ताव लंबे समय की अवधि में या बच्चे या किशोर के जीवन में प्रमुख परिवर्तनों, नुकसानों या परेशानियों के परिणामस्वरूप विकसित हो सकता है। क्या आपके किसी बच्चे को हाल ही में ऐसा कोई अनुभव हुआ है?

सोचें कि आपके घर में समस्याओं और संघर्षों का सामना कैसे किया जाता है। क्या आप एक परिवार के रूप में मुद्दों के बारे में सकारात्मक तरीके से बात करते हैं? डराने-धमकाने को निरूत्साहित करने का एक महत्वपूर्ण तरीका है एक अच्छा रोल मॉडल बनना, और अपने बच्चे को दिखाना कि शक्ति या आक्रामकता का उपयोग किये बिना कठिनाइयों को कैसे हल करें।

आपके बच्चों को यह बताना भी महत्वपूर्ण है कि डराना-धमकाना क्या होता है? आपको डराने-धमकाने के विभिन्न प्रकारों का वर्णन करना और समझाना चाहिये कि यह तकलीफदायक और नुकसानदेह है। अपने बच्चे को समझने दें कि डराना-धमकाना गलत है और किसी भी परिस्थिति में स्वीकरणीय बर्ताव नहीं है।

डराने-धमकाने और अन्य घटनाओं से स्कूल कैसे निपटते हैं?

जो बच्चे अन्य लोगों को डराते-धमकाते हैं, चाहे वह व्यक्तिगत रूप से हो या ऑनलाइन, वे विभिन्न परिणामों का सामना कर सकते हैं।

डराने-धमकाने से निपटते समय, प्रधानाचार्य एक प्रगतिशील अनुशासन तरीका अपनाते हैं। ओंटारियो की प्रगतिशील अनुशासन नीति प्रधानाचार्य को बर्ताव से निपटने और छात्र को उनके विकल्पों से सीखने में मदद करने के लिये कई विकल्पों में से चुनने की अनुमति देती है। कुछ उदाहरणों में सम्मिलित हैं:

- किसी हानिकारक या अनादरपूर्ण फब्ती के लिये क्षमायाचना
- छात्र के लिये अपेक्षाओं की समीक्षा
- अभिभावकों के साथ बैठक
- क्रोध प्रबंधन सलाहकारिता
- छात्र को स्कूल से निलंबित करना।

अधिक गंभीर मामलों में, प्रधानाचार्य सिफारिश कर सकते हैं कि यदि छात्र को पहले कभी डराने-धमकाने के लिये निलंबित किया गया हो और वह अन्य व्यक्ति की सुरक्षा के लिये अस्वीकरणीय जोखिम पेश करता जा रहा हो, तो उसे स्कूल से निष्कासित कर दिया जाए। ये नियम प्रारंभिक और माध्यमिक छात्रों, दोनों पर लागू होते हैं।

प्रगतिशील अनुशासन अनुचित बर्ताव को और बिगड़ने और सभी छात्रों और सुरक्षा तथा स्कूल के बारे में उनके अनुभवों पर नकारात्मक प्रभाव पड़ने से रोकने में मदद करता है। यह सकारात्मक छात्र बर्ताव को भी बढ़ावा देता है और छात्र को अपने बर्ताव के लिये जिम्मेदारी लेने और अन्य छात्रों के साथ अंतरक्रिया करने के अधिक सकारात्मक तरीके सीखने में मदद करता है।

स्कूल उन सभी छात्रों को जो डराने-धमकाने में लिप्त हों समर्थन प्रदान करेगा: वे छात्र जिन्हें डराया-धमकाया गया है, वे छात्र जो डराने-धमकाने का बर्ताव करते हैं, और वे जो इस बर्ताव के गवाह हैं।

सभी स्कूलों और बोर्डों के लिये आवश्यक हैं:

- डराने-धमकाने की रोकथाम और निपटने के लिये नीतियाँ
- डराने-धमकाने की रोकथाम और हस्तक्षेप की योजनाएँ
- प्रगतिशील अनुशासन और निष्पक्ष व समावेशी शिक्षा के लिये नीतियाँ

सभी बोर्ड कर्मचारियों के लिये गंभीर छात्र घटनाओं, जैसे डराने-धमकाने, की सूचना प्रधानाचार्य को देना आवश्यक है। प्रधानाचार्यों के लिये डराने-धमकाने की सभी सूचित घटनाओं की जाँच करना आवश्यक है।

जो बोर्ड कर्मचारी छात्रों के साथ प्रत्यक्ष रूप से काम करते हैं, जैसे शिक्षक, सामाजिक कार्यकर्ता और मार्गदर्शन सलाहकार, उन्हें डराने-धमकाने सहित ऐसे सभी अनुचित या अनादरपूर्ण बर्ताव के प्रति अनुक्रिया करनी चाहिये जिनका असर स्कूल के वातावरण पर नकारात्मक होता हो।

स्कूल बोर्डों के लिये ऐसे छात्रों के लिये कार्यक्रम, हस्तक्षेप या अन्य समर्थन प्रदान करना आवश्यक है, जिन्हें डराया-धमकाया गया है, जो डराने-धमकाने के गवाह हैं और जो डराने-धमकाने में लिप्त हैं।

स्कूल में घटनाओं के साथ कर्मचारी कैसे निपटते हैं इस पर अधिक जानकारी के लिये, www.edu.gov.on.ca/eng/safeschools/reportingResponding.html पर मंत्रालय वेबसाइट पर “Reporting and Responding” (सूचना देना और अनुक्रिया करना) खंड देखें या यदि आप स्कूल में उपलब्ध सेवाओं के बारे में अधिक जानना चाहते हों तो अपने स्कूल के प्रधानाचार्य से बात करें।

प्रधानाचार्यों को उन छात्रों जिन्हें डराया-धमकाया गया है, और उन छात्रों जो डराने-धमकाने में लिप्त हैं, के अभिभावकों से संपर्क करना चाहिये और उन्हें बताना चाहिये कि:

- क्या हुआ था
- छात्र को क्या नुकसान पहुँचाया गया
- घटना की अनुक्रिया में किये गए अनुशासनात्मक उपायों सहित, छात्र की सुरक्षा के लिये क्या कदम उठाए गए
- घटना की अनुक्रिया में छात्र को क्या समर्थन दिये जाएँगे।

इसके अलावा:

- प्रधानाचार्यों को उनके बच्चे को प्रदान किये गए समर्थनों के बारे में चर्चा करने के लिये अभिभावकों को आमंत्रित करना चाहिये।

यदि मेरे बच्चे को डराया-धमकाया जा रहा है, तो मैं स्कूल से क्या अपेक्षा कर सकता/सकती हूँ?

स्कूल में एक प्रक्रिया होनी चाहिये जो आपको, छात्रों और अन्य लोगों को डराने-धमकाने की घटनाओं की गुमनाम रूप से सूचना देने की अनुमति देती हो।

यदि आप अपने बच्चे के बारे में चिंतित हैं या अधिक जानकारी पाना चाहते हों, तो निम्न दिखाने के लिये पूछें:

- आपके स्कूल बोर्ड की डराने-धमकाने की रोकथाम और हस्तक्षेप नीति।
- स्कूल की आचार-संहिता, जो तय करती है कि छात्रों, शिक्षकों, और स्कूल के समुदाय के अन्य सदस्यों को एक-दूसरे के प्रति कैसे बर्ताव करना चाहिये।

- स्कूल और बोर्ड की डराने-धमकाने की रोकथाम और हस्तक्षेप योजना। यह दस्तावेज़ यह रूपरेखा दर्शाता है कि समस्या को हल करने के लिये स्कूल का स्टाफ क्या कर सकता है।
- स्कूल के वातावरण सर्वेक्षण से स्कूल के परिणाम। यह गुमनाम सर्वेक्षण स्कूलों को सुरक्षा के बारे में भावनाओं का आंकलन करने और डराने-धमकाने की रोकथाम कैसे करें इस बारे में निर्णय लेने तथा सुरक्षित और स्वीकार करने वाले स्कूलों को बढ़ावा देने में मदद करता है। सर्वेक्षण कम से कम हर दो वर्षों में किये जाने चाहिये।

यदि स्टाफ को पता चलता है कि आपके बच्चे को डराया-धमकाया जा रहा है, तो आप अपेक्षा कर सकते हैं कि स्कूल आपसे संपर्क करे। आप जान सकते हैं कि आपके बच्चे का शिक्षक या अन्य कोई शिक्षक जिस पर आपका बच्चा विश्वास करता है, कुछ ऐसी रणनीतियाँ खोजने में मदद कर सकता है जो समस्या को हल करने में मदद करेंगी।

स्कूलों से छात्रों की गोपनीयता की रक्षा करते हुए, आपकी चिंताओं की पूरी तरह से जाँच करने के लिये हर प्रयत्न करने की अपेक्षा की जाती है।

स्कूल उन सभी छात्रों की सहायता करेंगे जो डराने-धमकाने में लिप्त हैं, जिनमें वे शामिल हैं जो डराते-धमकाते हैं, जिन्हें डराया-धमकाया गया है और जो डराने-धमकाने के गवाह हैं।

यदि अपने बच्चे को प्रदान किये गए समर्थन के बारे में आप चिंतित हैं तो स्कूल में एक प्रक्रिया होगी जिसका आप पालन कर सकते हैं। यदि आप स्कूल की अनुक्रिया से संतुष्ट नहीं हैं, तो आप अपने स्कूल बोर्ड के पर्यवेक्षक अधिकारी से संपर्क कर सकते हैं।

इसके अलावा, आप अपने स्कूल में सुरक्षित और स्वीकारकर्ता स्कूल टीम में शामिल होने पर विचार कर सकते हैं। यह टीम एक सुरक्षित, समावेशी और स्वीकारकर्ता स्कूल वातावरण का विकास करने के लिये जिम्मेदार है। इसमें प्रधानाचार्य, कम से कम एक अभिभावक, स्कूल कर्मचारी, एक छात्र और एक समुदाय का सहभागी शामिल होता है।

अच्छा, तो कम से कम मेरा बच्चा तो डराने-धमकाने में लिप्त नहीं है...

जब डराना-धमकाना होता है तो उससे हर कोई प्रभावित होता है, और हर कोई इसकी रोकथाम करने में मदद कर सकता है। 85 प्रतिशत मामलों में, डराना-धमकाना गवाहों के सामने होता है। ये गवाह जो देखते हैं, उससे वे प्रभावित होते हैं। हालांकि गवाह डरे हुए हो सकते हैं और लिप्त नहीं होना चाहते हैं क्योंकि उन्हें खुद लक्ष्य बन जाने या डराए-धमकाए गए व्यक्ति के लिये बात के और बिगड़ जाने का डर होता है, फिर भी वे डराने-धमकाने की सूचना गुमनाम रूप से दे सकते हैं।

आप अपने बच्चे की यह समझने में मदद कर सकते हैं कि डराना-धमकाना स्वीकरणीय नहीं है और कि वह इसकी सूचना किसी वयस्क को देकर या गुमनाम रूप से इसकी सूचना देकर इसे रोकने में मदद कर सकता है।

स्वस्थ संबंधों को सँवारकर डराने-धमकाने को रोकने में मदद मिल सकती है

डराने-धमकाने की रोकथाम और हस्तक्षेप डराने-धमकाने को समाप्त करने से कहीं अधिक महत्वपूर्ण है।

इसका संबंध स्वस्थ संबंधों के विकास से भी है। स्वस्थ संबंधों में लोगों के बीच आदरपूर्ण अंतरक्रियाएँ, चाहे आमने-सामने या ऑनलाइन निहित होती हैं। इसका लक्ष्य यह सुनिश्चित करना है कि सभी छात्र उनके जीवन में हर एक के साथ स्वस्थ, सुरक्षित, आदरपूर्ण और दायित्वपूर्ण संबंध बनाएँ।

शिक्षक, अभिभावक, और अन्य वयस्क बच्चों का समर्थन करते हैं और यह प्रदर्शित करके कि स्वस्थ संबंध कैसे काम कर सकते हैं, बच्चों के लिये रोल मॉडल की भूमिका निभाते हैं। बच्चों के अन्य बच्चों के साथ सकारात्मक संबंध वयस्कों के साथ सकारात्मक संबंधों पर निर्भर होते हैं।

जो बच्चे स्वस्थ संबंध बना सकते हैं उनके द्वारा अन्य बच्चों को डराने-धमकाने की कम संभावना होती है, उनके द्वारा उन छात्रों का समर्थन करने की संभावना अधिक होती है जिन्हें डराया-धमकाया जा रहा है, और वे अपने शैक्षणिक लक्ष्यों को प्राप्त करने में बेहतर सक्षम होते हैं। स्वस्थ संबंधों को बढ़ावा देना डराने-धमकाने की रोकथाम करने और एक सुरक्षित व स्वीकार करने वाला स्कूली वातावरण बनाने का मुख्य तरीका है।

ओंटारियो के स्कूलों को सुरक्षित और स्वीकार करने वाले बनाने के लिये हम कैसे मदद कर रहे हैं

यदि छात्रों को स्कूल में सफल होना है तो एक सकारात्मक स्कूल वातावरण और एक सुरक्षित सीखने और पढ़ाने का वातावरण आवश्यक है।

निम्न के बारे में अधिक जानें:

- **सुरक्षित स्कूल रणनीति।** इस व्यापक रणनीति में हर स्कूल में एक सुरक्षित और स्वीकार करने वाली स्कूल टीम, स्कूली संसाधन, शिक्षकों और प्रधानाचार्यों के लिये प्रशिक्षण, और किड्स हेल्प फोन के साथ एक भागीदारिता शामिल है। www.ontario.ca/acceptingschools
- **अभिभावकों के लिये एक स्कूल वातावरण सर्वेक्षण।** यह सर्वेक्षण 22 भाषाओं में उपलब्ध है। www.edu.gov.on.ca/eng/safeschools/climate.html
- **अनुशासन के लिये ओंटारियो का तरीका।** "प्रगतिशील अनुशासन" में संपूर्ण स्कूल शामिल होता है और एक सकारात्मक स्कूली वातावरण को बढ़ावा देता है। यह प्रधानाचार्य को अनुचित छात्र बर्ताव से निपटने के लिये उचित परिणाम चुनने में सक्षम बनाता है। यह छात्रों को सकारात्मक बर्ताव को बढ़ावा देने के लिये अनेक समर्थन भी प्रदान करता है। इस नीति को विस्तार से www.edu.gov.on.ca/extra/eng/ppm/145.pdf पर समझाया गया है
- **आचरण संहिता।** ओंटारियो की आचार संहिता की यह मार्गदर्शिका स्कूली समुदाय में छात्रों, अभिभावकों, स्कूल के कर्मचारियों और सामुदायिक सहभागियों सहित हर एक के लिये भूमिकाओं और जिम्मेदारियों की रूपरेखा बनाती है। www.edu.gov.on.ca/eng/safeschools/code.html
- **डराने-धमकाने की रोकथाम और हस्तक्षेप पर ओंटारियो की नीति।** यह नीति डराने-धमकाने की रोकथाम और हस्तक्षेप नीति का विकास और कार्यान्वयन करने के लिये स्कूली बोर्डों के लिये अपेक्षाओं की रूपरेखा बनाती है। www.edu.gov.on.ca/extra/eng/ppm/144.pdf
- **निष्पक्ष और समावेशी शिक्षा रणनीति।** यह बतलाती है कि मंत्रालय, स्कूली बोर्ड और स्कूल ओंटारियो के स्कूलों में निष्पक्ष और समावेशी शिक्षा का समर्थन कैसे कर रहे हैं। www.edu.gov.on.ca/eng/policyfunding/equity.html
- **स्वीकार करने वाले स्कूलों के लिए प्रीमियर के पुरस्कार।** यह पुरस्कार 10 सुरक्षित और स्वीकार करने वाली स्कूली टीमों तक को मान्यता देता है जिन्होंने सुरक्षित और स्वीकार करने वाला स्कूली पर्यावरण बनाने में उल्लेखनीय और नवीन कार्य किया है। www.edu.gov.on.ca/eng/safeschools/award.html
- **किड्स हेल्प फोन।** यह गोपनीय सलाह सेवा 24/7 उपलबध है। www.kidshelpphone.ca पर जाएँ या 1-800-668-6868 पर कॉल करें।

अतिरिक्त जानकारी:

- PREVNet (Promoting Relationships and Eliminating Violence Network) द्वारा विकसित अभिभावकों के लिये डराने-धमकाने के संसाधन
  www.prevnet.ca/BullyingResources/ResourcesForParents/tabid/390/Default.aspx
- **अभिभावक टूल किट किशोर संस्करण: अपने किशोरों के सफल होने में मदद करने के लिये अभिभावक क्या कर सकते हैं।** यह टूलकिट स्कूल में किशोरों का समर्थन करने और प्रोत्साहित करने में मदद करने के लिये अभिभावकों के लिये सुझावों, सलाहों और संसाधनों का एक संग्रह है।
  www.ontariodirectors.ca/Parent_Engagement/Parent_Engagement.html
- Safe@School। यह वेबसाइट शिक्षकों और स्कूल स्टाफ के कर्मचारियों के लिये प्रशिक्षण संसाधनों सहित डराने-धमकाने की रोकथाम और निष्पक्ष व समावेशी शिक्षा के बारे में संसाधन उपलब्ध कराती है।
  www.safeatschool.ca
- Stepping Stones: A Resource on Youth Development। बाल और युवा सेवा मंत्रालय द्वारा विकसित, यह 12 से 25 वर्ष तक के युवाओं के विकास की अवस्थाओं का एक सिंहावलोकन और तरीके उपलब्ध कराता है जिनसे हम उनकी जरूरतों की पहचान और उनके प्रति अनुक्रिया कर सकते हैं।
  www.ontario.ca/steppingstones पर उपलब्ध

सुरक्षित और स्वीकार करने वाले स्कूलों के बारे में अधिक जानें
www.ontario.ca/acceptingschools पर

यह विवरण पुस्तिका और कई भाषाओं में अधिक अभिभावक जानकारी पाएँ
www.ontario.ca/EDUparents पर

अंग्रेजी और फ्रेंच में इस विवरण पुस्तिका की प्रिन्टिड कापियाँ ServiceOntario के माध्यम से **www.ontario.ca/publications** पर आर्डर करें

ISBN 978-1-4606-1317-7 (PDF) (Hindi) © ऑंटारियो के लिए क्वीन्स प्रिंटर, 2013

Ontario