ਦਾਦਾਗਿਰੀ

ਇਸ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਹੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ

ਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਅਤੇ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ

ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਗਾਈਡ

ਬਸੰਤ 2013

Ontario

ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਦੇ ਅਸਰ ਸਕੂਲ ਦੀ ਹੱਦ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਤਕ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇੱਕ ਮਾਂ-ਬਾਪ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ*, ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੜੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਮਦਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿੱਥੋਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਇਹ ਗੱਲਾਂ ਇੱਥੇ ਦੱਸੀਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ।

*ਇਸ ਗਾਈਡ ਵਿੱਚ "ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ" ਨੂੰ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਅਤੇ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਵੱਜੋਂ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਕੀ ਹੈ?

ਦਾਦਾਗਿਰੀ, ਹਮਲਾਵਰ ਵਿਹਾਰ ਹੈ, ਜਿਸਨੂੰ ਕਿ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਸਮੇਂ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਦੁਹਰਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਮਕਸਦ, ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪੁਚਾਉਣਾ, ਡਰ ਜਾਂ ਤਕਲੀਫ਼ ਪੁਚਾਉਣਾ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਦਾ ਮਾਹੌਲ ਖ਼ਰਾਬ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਅਜਿਹੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਥੇ ਤਾਕਤ ਦੀ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਨਾ-ਬਰਾਬਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਇਸਦੀ ਪੂਰੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ http://www.e-laws.gov.on.ca ਤੇ ਸਿਖਿਆ ਸਬੰਧੀ ਕਾਨੂੰਨ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ।

ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ

ਜੇ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਿਸਮ 'ਤੇ ਕੋਈ ਸੱਟ ਨਾ ਵੀ ਹੋਵੇ, ਕੀ ਤਾਂ ਵੀ ਇਹ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਮੰਨੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ?

ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਦੇ ਕਈ ਰੂਪ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜਿਵੇਂ:

- **ਸਰੀਰਕ** – ਮਾਰ-ਕੁਟਾਈ, ਧੱਕਾ ਮਾਰਨ, ਚੋਰੀ ਕਰਨਾ, ਜਾਂ ਕੋਈ ਸਮਾਨ ਤੋੜ ਦੇਣਾ
- **ਜ਼ੁਬਾਨੀ** – ਉਲਾਂਭੇ ਦੇਣਾ, ਮਜ਼ਾਕ ਉਡਾਉਣਾ, ਜਾਂ ਅਜਿਹੀਆਂ ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਕਰਨਾ ਜਿਹੜੀਆਂ ਲਿੰਗ-ਵਰਗ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਹੋਣ, ਨਸਲੀ ਹੋਣ, ਜਾਂ ਸਮਲਿੰਗੀਆਂ ਤੋਂ ਬੇਵਜ੍ਹਾ ਖੌਫ਼ ਵਾਲੀਆਂ ਹੋਣ
- **ਸਮਾਜਿਕ** – ਕਿਸੇ ਗਰੁੱਪ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁੱਝ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਕੱਢ ਦੇਣਾ, ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਗਲਤਬਿਆਨੀ ਕਰਨੀ ਜਾਂ ਅਫ਼ਵਾਹਾਂ ਉਡਾਉਣੀਆਂ
- **ਲਿਖਤੀ** – ਲਿਖਤੀ ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਜਾਂ ਇਸ਼ਾਰੇ, ਜੋ ਕਿ ਦਿਲ ਦੁਖਾਉਣ ਵਾਲੇ ਜਾਂ ਬੇਇਜ਼ਤੀ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ
- **ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕ (electronic)** [ਇਸ ਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਸਾਈਬਰਬੁਲਿੰਗ ਕਿਹਾ (cyberbullying) ਜਾਂਦਾ ਹੈ] – ਈ-ਮੇਲ, ਸੈੱਲ-ਫ਼ੋਨ, ਸ਼ੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ ਅਤੇ ਟੈਕਸਟਮੈਸੇਜਿੰਗ ਰਾਹੀਂ ਅਫ਼ਵਾਹਾਂ ਉਡਾਉਣੀਆਂ ਅਤੇ ਤਕਲੀਫ਼ਦੇਹ ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਕਰਨੀਆਂ

ਇਲੈਕਟ੍ਰੌਨਿਕ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਜਾਂ ਸਾਈਬਰ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਕੀ ਹੈ?

ਇਹ ਇਲੈਕਟ੍ਰੌਨਿਕ ਸੰਚਾਰ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਕਿ:

- ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨ, ਧਮਕਾਉਣ ਜਾਂ ਛਿੱਥਾ ਪਾਉਣ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਧਮਕਾਉਣ, ਤੰਗ-ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨ, ਛਿੱਥਾ ਪਾਉਣ, ਸਮਾਜਕ ਤੌਰ ਤੇ ਬਾਹਰ ਕਰਨ ਜਾਂ ਨੇਕਨਾਮੀ ਅਤੇ ਦੋਸਤੀ ਨੂੰ ਖੋਰਾ ਲਾਉਣ ਲਈ ਈਮੇਲ, ਸੈਲ ਫੋਨਾਂ, ਟੈਕਸਟ ਸੁਨੇਹਿਆਂ ਅਤੇ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਸਾਈਟਾਂ ਨੂੰ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਇਸ ਵਿੱਚ ਨੀਵਾਂ ਵਿਖਾਉਣਾ, ਬੇਇਜ਼ਤੀ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪੁਚਾਉਣ ਲਈ ਅਫ਼ਵਾਹਾਂ ਫੈਲਾਉਣਾ, ਨਿਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਫੋਟੋਆਂ ਜਾਂ ਵੀਡੀਓ ਸਾਂਝੀ ਕਰਨੀ ਜਾਂ ਡਰਾਉਣਾ-ਧਮਕਾਉਣਾ ਵੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਹਮੇਸ਼ਾ ਹਮਲਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਅਤੇ ਦਿਲ ਦੁਖਾਉਣ ਵਾਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਓਨਟਾਰੀਓ ਦੇ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ, ਜੇ ਇਸਦਾ ਸਕੂਲ ਦੇ ਮਾਹੌਲ ਤੇ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲਾਂ ਨੂੰ ਸਾਈਬਰ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਜੇ ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਇੱਕ ਈਮੇਲ ਸੁਨੇਹਾ, ਜੋ ਉਸਦੇ ਬਾਰੇ, ਸਕੂਲ ਦੇ ਹੋਰਨਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਭੇਜਿਆ ਗਿਆ ਸੀ, ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਧਮਕਾਇਆ ਜਾਂ ਸ਼ਰਮਿੰਦਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਨਾ ਆਉਣਾ ਚਾਹੇ।

ਦਾਦਾਗਿਰੀ, ਭਾਵੇਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਰੂਪ ਹੋਵੇ, ਪ੍ਰਵਾਣਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਤਾਕਤ ਦੇ ਅਸਾਵੇਂਪਣ ਕਰਕੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। "ਅਸਾਵੇਂਪਣ" ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵੱਡਾ ਅਤੇ ਵੱਖਰੀ ਜਾਤੀ ਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਉਸਦੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਦੋਸਤ ਹਨ।

ਕੀ ਵਿਵਾਦ ਅਤੇ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਇੱਕੋ ਚੀਜ਼ ਹਨ?

ਲੋਕੀਂ ਕਈ ਵਾਰੀ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਨੂੰ ਵਿਵਾਦ ਮੰਨ ਲੈਂਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਉਹ ਵੱਖੋ-ਵੱਖ ਹਨ।

ਵਿਵਾਦ, ਦੋ ਜਾਂ ਵੱਧ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚਕਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਅਸਹਿਮਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਹਨਾਂ ਦੀ ਅਲੱਗ ਅਲੱਗ ਰਾਇ ਜਾਂ ਵੱਖ ਵੱਖ ਵਿਚਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵਿੱਚਕਾਰ ਵਿਵਾਦ ਦਾ ਹਮੇਸ਼ਾ ਇਹ ਮਤਲਬ ਨਹੀਂ ਕਿ ਇਹ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਹੈ। ਬੱਚੇ, ਛੋਟੀ ਉਮਰੇ ਹੀ ਇਹ ਸਿਖ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਹੋਰਨਾਂ ਦੀ ਰਾਇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਰਾਇ ਤੋਂ ਵੱਖ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਹਨਾਂ ਪਹਿਲੂਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਵਿਕਸਿਤ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਸਮਾਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਅਮਲ, ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਗਭਰੇਟ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਜਾਰੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ (ਸਟੈਪਿੰਗ ਸਟੋਨਸ: ਅ ਰਿਸੋਰਸ ਆੱਨ ਯੂਥ ਡਿਵੈਲਪਮੈਂਟ, ਸਫ਼ਾ 26)।

ਵਿਵਾਦ ਵਿੱਚ, ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਪ੍ਰਗਟਾਉਣਾ, ਸੌਖਾ ਲਗਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਤਾਕਤ ਦੀ ਨਾ-ਬਰਾਬਰੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣਾ ਨਜ਼ਰੀਆ ਦਸਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਲੋਕੀਂ ਵਿਵਾਦ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਨਜਿੱਠਦੇ ਹਨ, ਇਸਨੂੰ ਉਸਾਰੂ ਜਾਂ ਮਾੜਾ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਵਿਵਾਦ ਉਸ ਵੇਲੇ ਮਾੜਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ, ਦਿਲ ਦੁਖਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਕਹਿਕੇ ਜਾਂ ਕਰਕੇ ਧੱਕੜ ਵਿਹਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਤਾਂ ਵਿਵਾਦ, ਇੱਕ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਵਾਲੀ ਆਪਸੀ ਗੱਲਬਾਤ ਹੈ। ਵਿਵਾਦ ਉਸ ਵੇਲੇ ਹੀ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਬਣਦਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਇਸਨੂੰ ਵਾਰ ਵਾਰ ਦੁਹਰਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤਾਕਤ ਦੀ ਨਾ-ਬਰਾਬਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸਮਾਂ ਬੀਤਣ ਤੇ, ਵਿਹਾਰ ਦੀ ਬਣਤਰ ਉਭਰਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਿਥੇ ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ, ਜੋ ਵਿਵਾਦ ਵਿੱਚ ਧਾਕੜ ਵਿਹਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਇਸਨੂੰ ਕਰਨਾ ਜਾਰੀ ਰਖ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਹੋਰ ਬਦਤਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਵਿਵਾਦ ਵਿੱਚ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਵਾਲਾ ਵਿਹਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਆਪਣੀ ਰਾਇ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਘੱਟ ਅਤੇ ਘੱਟ ਸਮਰੱਥ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਹੋਰ ਵੱਧ ਨਿਤਾਣਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਸਕੂਲ, ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਅਤੇ ਵਿਵਾਦ ਦਾ ਵੱਖ ਵੱਖ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਜਵਾਬ ਦੇਣਗੇ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਵਿਵਾਦ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ, ਸਕੂਲ ਦੇ ਸਟਾਫ਼ ਦਾ ਮੈਂਬਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠਾ ਕਰਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਗੱਲ ਸੁਣਨ ਦੀ ਅਤੇ ਹਾਲਤ ਨੂੰ ਰੱਲ ਕੇ ਹੱਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ, ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ, ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਸਿਲਸਿਲੇਵਾਰ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੇਗਾ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਮੁਅੱਤਲੀ ਜਾਂ ਸਕੂਲੋਂ ਕੱਢਣਾ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਕਿੰਨ੍ਹੀ ਕੁ ਗੰਭੀਰ ਹੈ?

ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਨੂੰ ਕਦੀ ਵੀ ਸਹੀ ਨਹੀਂ ਮੰਨੀਆ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਇਸ ਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ''ਵੱਡੇ ਹੋਣ'' ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਨਹੀਂ ਮੰਨ ਲਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਖੋਜ ਅਤੇ ਤਜਰਬੇ ਤੋਂ ਇਕਸਾਰ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਇੱਕ ਗੰਭੀਰ ਮੁੱਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਸੰਬੰਧਤ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਅਤੇ ਹੀਣੀਆਂ, ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਦੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਲਈ ਦੂਰ ਤਕ ਅਸਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨਤੀਜੇ ਨਿਕਲਦੇ ਹਨ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਅਨੇਕਾਂ ਜਜ਼ਬਾਤੀ, ਵਤੀਰੇ ਦੀਆਂ ਅਤੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਪਾਲਣ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰਿਸ਼ਤੇ ਉਸਾਰਨ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਾ ਕੇਵਲ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਬਲਕਿ ਆਪਣੀਆਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਕਿਸੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਬਾਲਗ਼ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ।

ਨਸ਼ੇ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ (CAMH) ਬਾਰੇ ਕੇਂਦਰ ਦੇ 2011 ਦੇ ਇੱਕ ਅਧਿਅਨ ਅਨੁਸਾਰ, ਓਨਟਾਰੀਓ ਵਿਚੋਂ ਲਗਭਗ ਤਿੰਨ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵਿਚੋਂ ਇੱਕ (29 ਫ਼ੀਸਦ) ਨਾਲ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਹੋਣ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਹੈ।

ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਅਕਸਰ ਸਮਾਜਿਕ ਬੇਚੈਨੀ, ਇੱਕਲੇਪਣ, ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿੱਚ ਸਿਮਟ ਕੇ ਰਹਿ ਜਾਣ, ਸਰੀਰਕ ਰੋਗਾਂ, ਅਤੇ ਨੀਵੇਂ ਸਵੈ-ਮਾਣ ਨਾਲ ਸਿੱਝਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਬੇਵਜ੍ਹਾ ਖੌਫ਼ ਵੀ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਆਪਣਾ ਵਤੀਰਾ ਹਮਲਾਵਰ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਉਹ ਦਿਲ ਛੱਡ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਗੈਰ-ਹਾਜ਼ਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨੰਬਰ ਘਟ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਉਹ ਸਕੂਲ ਜਾਣਾ ਬਿਲਕੁਲ ਬੰਦ ਹੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਅਜਿਹੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਟੀਨੇਜਰ ਜਿਹੜੇ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਦੁਖ-ਤਕਲੀਫ਼ ਪੁਚਾਉਣ ਲਈ ਤਾਕਤ ਅਤੇ ਹਮਲਾਵਰ ਰਵੱਈਏ ਨੂੰ ਵਰਤਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਸਾਧਾਰਨ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਸਹੀ ਅਤੇ ਗ਼ਲਤ ਵਿੱਚ ਨਿਖੇੜਾ ਕਰਨ ਦੀ ਪਰਵਾਹ ਕਰਨਾ ਛੱਡ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਅੰਤ ਵਿੱਚ, ਉਹ ਬਦਸਲੂਕੀ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਬਾਲਗ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ, ਜਿੰਨੀ ਛੇਤੀ ਹੋ ਸਕੇ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ, ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਕੀ ਮੁੰਡੇ ਅਤੇ ਕੁੜੀਆਂ ਇੱਕ ਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਕਰਦੇ ਹਨ?

ਮੁੰਡੇ ਅਤੇ ਕੁੜੀਆਂ, ਹੋਵੇਂ ਹੀ ਬਦਮਾਸ਼ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਮੁੰਡਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸਰੀਰਕ ਜ਼ੋਰ ਨਾਲ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਕਰਨ ਦਾ ਰੁਝਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕਿ ਕੁੜੀਆਂ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਟੇਢੇ ਤਰੀਕੇ ਵਰਤਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਹਮਜਮਾਤੀਆਂ ਬਾਰੇ ਗ਼ਲਤ-ਬਿਆਨੀ ਕਰਨੀ, ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਜਾਂ ਗਰੁੱਪਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਬੇਦਖ਼ਲ ਕਰਨਾ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਉਮਰ ਵਧਣ ਦੇ ਨਾਲ, ਮੁੰਡੇ ਅਤੇ ਕੁੜੀਆਂ ਦੋਵਾਂ ਵਲੋਂ ਜ਼ਬਾਨੀ ਅਤੇ ਸਮਾਜਕ ਤੌਰ-ਤਰੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਦੀ ਵੱਧ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਮੈਂ ਕਿਵੇਂ ਦੱਸ ਸਕਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਜਾਂ ਟੀਨੇਜਰ ਨਾਲ ਕੋਈ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ?

ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿਸੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ''ਦਾਦਾ'' ਜਾਂ ''ਧੱਕੇਸ਼ਾਹ'' (bully) ਲਫਜ਼ ਦਾ ਪਤਾ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਪਰ ਇਹ ਉਸ ਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਉਸ ਪ੍ਰਤੀ ਖੁਦਗਰਜ਼, ਦੁਖਦਾਈ, ਜਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਉਦਾਸ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਜਾਂ ਡਰਾਉਣ ਵਾਲਾ ਹੋਵੇ। ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਭਾਵੇਂ ਬੋਲ ਕੇ ਇਹ ਗੱਲ ਨਾ ਦੱਸੇ, ਪਰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਹੋਣਗੀਆਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਪਤਾ ਲੱਗ ਜਾਵੇਗਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ। ਉਹ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਗੱਲ ਦੇ ਫਿਕਰ ਕਰ ਕੇ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਾ ਦੱਸੇ ਹੈ ਕਿ "ਨਿੱਕੀਆਂ ਨਿੱਕੀਆਂ ਗੱਲਾਂ" ਜਾਂ "ਗੱਦਾਰੀ" ਕਰਨ ਨਾਲ ਗੱਲ ਵਿਗੜ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿਣਾ (ਟੈਟਲਿੰਗ) ਬਨਾਮ ਕਹਿਣਾ (ਟੈਲਿੰਗ)	
ਟੈਟਲਿੰਗ	ਟੈਲਿੰਗ
ਟੈਟਲਿੰਗ, ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਕਹਿਣਾ ਕਿ ਉਹ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰੇ।	ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਜਿਸਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ, ਨੂੰ ਦੁਖੀ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਜਦੋਂ ਸੁਰਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਦਾ ਤੁਹਾਡਾ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਹੱਕ ਖੋਹਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਮਦਦ ਲਈ ਕਹਿਣ ਨੂੰ ਟੈਲਿੰਗ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਓਨਟਾਰੀਓ ਟੀਚਰਜ਼ ਫ਼ੈਡਰੇਸ਼ਨ (OTF) ਅਤੇ Le Centre Ontarien de prévention des agressions (COPA), ਸੁਰਖਿਅਤ ਸਕੂਲ ਬਣਾਉਣਾ, (ਜਨਵਰੀ 2012, ਸਫ਼ਾ 56)

ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਟੀਨੇਜਰ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸੇ ਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਪੇਸ਼ ਹੈ ਅਤੇ ''ਦਾਦਾਗਿਰੀ'' ਲਈ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਉਹ ''ਤੰਗ ਕਰਨਾ'' ਵਰਗੇ ਲਫਜ਼ ਵਰਤੇ। ਟੀਨੇਜਰ ਅਕਸਰ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਮਾਮਲੇ ਖੁਦ ਹੀ ਸੁਲਝਾ ਲੈਣ - ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਉਹ ਸੋਚਣ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਹੋ ਜਾਵੋਂਗੇ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸੈਲ ਫੋਨਾਂ ਵਰਗੀ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਤਕਨਾਲੌਜੀ ਲੈ ਲਓਗੇ ਉਹ ਖੁਦ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਸ਼ਰਮ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਿਸੇ ਮਾਪੇ ਨੂੰ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਹੋਣਗੀਆਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਪਤਾ ਲੱਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਉਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਨਾ ਵੀ ਕਰੇ। ਦੱਸੇ ਜਾਣ ਦਾ ਇੰਤਜਾਰ ਨਾ ਕਰੋ, ਤੁਸੀਂ ਅਲਾਮਤਾਂ ਵੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ:

- ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਧੱਕਾ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ, ਉਹ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਸਕੂਲ ਨਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੁਣ, ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਲੱਗਣ ਵਾਲੇ ਦਿਨਾਂ ਦੌਰਾਨ ਰੋਣ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਹੋਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਜਾਂ ਸਮਾਜਿਕ ਸਮਾਗਮਾਂ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਨਾ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁਣ।
- ਜਿਵੇਂ ਉਹ ਆਮ ਵਾਂਗ ਵਿਹਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਸ ਤੋਂ ਵੱਖਰਾ ਵਿਹਾਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਅਚਾਨਕ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪੈਸੇ ਜਾਂ ਨਿਜੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਗਵਾਚਣੀਆਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਪਾਟੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨਾਲ ਜਾਂ ਟੁੱਟੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਘਰ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਅਜਿਹੀਆਂ ਸਫਾਈਆਂ ਪੇਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕੋਈ ਤੁਕ ਨਾ ਬਣੇ।
- ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਟੀਨੇਜਰਾਂ ਨਾਲ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੋਵੇ, ਉਹ ਸਕੂਲ ਛੱਡ ਦੇਣ ਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਕਰਨੀਆਂ ਵੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਅਜਿਹੀਆਂ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਤੋਂ ਪਾਸਾ ਵੱਟਣ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ।

ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ। ਮੈਂ ਕੀ ਕਰਾਂ?

- ਆਪਣ ਬੱਚੇ ਦੀ ਗੱਲ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸੁਣ ਅਤੇ ਉਸ ਨੰ ਭਰੋਸਾ ਦਿਉ ਕਿ ਉਸ ਦਾ ਕਸੂਰ ਨਹੀਂ ਹੈ।
- ਤੱਥਾਂ ਦੀ ਤਹਾਨੰ ਸਹੀ ਸਮਝ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਕੀ ਹੋਇਆ, ਕਦੋਂ ਹੋਇਆ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਨਟ ਲਿਖ ਲਵੋ।
- ਆਪਣ ਬੱਚੇ ਦੀ ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ ਕਿ ''ਗੱਦਾਰੀ ਕਰਨ'' ਜਾਂ ''ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਲਾਉਣ'' ਵਿੱਚ, ਅਤੇ ਇਤਲਾਹ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਫ਼ਰਕ ਹੈ। ਇਤਲਾਹ ਦੇਣ ਲਈ ਹੌਸਲਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਤਲਾਹ ਇਸ ਲਈ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਕਿ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਲਈ ਮੁਸ਼ਕਲ ਖੜੀ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ, ਬਲਕਿ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੰ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- ਆਪਣ ਬੱਚੇ/ਕਿਸ਼ੋਰ ਦੇ ਅਧਿਆਪਕ, ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਅਧਿਆਪਕ ਜਿਸ ਤੇ ਤਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਵਿਸਵਾਸ ਕਰਦਾ ਹੋਵੇ, ਜਾਂ ਸਕਲ ਦੇ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਜਾਂ ਵਾਈਸ-ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਬਣਾਉ।
- ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਔਖਾ ਲੱਗੇ, ਪਰ ਸ਼ਾਤ ਰਹਿਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ ਤਾਂ ਕਿ ਤਸੀਂ ਆਪਣ ਬੱਚੇ ਨੰ ਸਹਾਰਾ ਦੇ ਸਕੋਂ ਅਤੇ ਉਸ ਨਾਲ ਰਲ਼ ਕੇ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਈ ਵਿਉਂਤ ਉਲੀਕ ਸਕੋਂ।
- ਲੀਹ ਤੇ ਰਹੋ। ਆਪਣ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਰਤਾਰੇ ਤੇ ਅੱਖ ਰੱਖੋ। ਜੇ ਸਕਲ ਦੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਤਹਾਡੀਆਂ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਕਰ ਕੇ ਧੱਕੜ ਰਵੱਈਆ ਖ਼ਤਮ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਦਬਾਰਾ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਮੀਟਿੰਗ ਵਿਖੇ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਖਤਮ ਕਰਨ ਲਈ ਜਿਹੜੇ ਕਦਮ ਚੁੱਕੇ ਜਾਣ ਬਾਰੇ ਸਹਿਮਤੀ ਹੋਈ ਸੀ, ਉਨਾਂ ਦੀ ਪੈਰਵਾਈ ਰੱਖੋ।
- ਜੇ ਧੱਕਾ ਸਕਲ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਦੀਆਂ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਦੌਰਾਨ ਜਾਂ ਖੇਡਾਂ ਦੇ ਸਮਾਗਮਾਂ ਦੌਰਾਨ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇੰਸਟਰੱਕਟਰ ਜਾਂ ਕੋਚ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।
- ਜੇ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਵਿੱਚ ਫੌਜਦਾਰੀ ਵਾਲਾ ਵਰਤਾਰਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਾਮੁਕਤਾ-ਭਰਪੂਰ ਹਮਲਾ ਜਾਂ ਹਥਿਆਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ, ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੇ, ਜਾਂ ਜੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੰ ਖ਼ਤਰਾ ਸਕਲ ਦੀ ਬਜਾਏ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚੋਂ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਪਲਿਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

> ਹਮਦਰਦੀ, ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਵੱਲੋਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਅਹਿਸਾਸਾਂ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨ ਅਤੇ ਸਾਂਝਿਆਂ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਹੈ। ਇਹ, ਗਭਰੇਟ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਮਗਰੋਂ ਜਿਹੇ ਵਧਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਆਮਤੌਰ ਤੇ ਬਾਲਗ਼ ਹੋਣ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਉਮਰ ਤਕ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਿਕਸਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਬਚਪਨ ਵਿੱਚ, ਹਮਦਰਦੀ ਦਾ ਬੁਨਿਆਦੀ ਰੂਪ ਉਦੋਂ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਬੱਚੇ ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਵੇਖਕੇ, ਖ਼ੁਦ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਹੋਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।
>
> (ਸਟੈਪਿੰਗ ਸਟੋਨਸ: ਅ ਰਿਸੋਰਸ ਆੱਨ ਯੂਥ ਡਿਵੈਲਪਮੈਂਟ, ਸਫ਼ਾ 25)।

ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਨਾਲ ਸਿੱਝਣ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮਦਦ ਮੈਂ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਜਾਂ ਟੀਨੇਜਰ ਦੀ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਨਾਲ ਸਿੱਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਸਕੂਲ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਖ਼ੁਦ ਇੱਕ ਮਿਸਾਲ ਕਾਇਮ ਕਰਦੇ ਹੋ।

ਭਾਵੇਂ ਉਸ ਦੀ ਉਮਰ ਕਿੰਨ੍ਹੀ ਵੀ ਹੋਵੇ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰ ਕੇ, ਅਤੇ ਹੇਠ ਲਿਖੀ ਸਲਾਹ ਦੇ ਕੇ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਸ਼ਾਂਤ ਰਹੋ ਅਤੇ ਉਥੋਂ ਚਲੇ ਜਾਓ।
- ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ **ਬਾਲਗ਼ ਨੂੰ ਦੱਸੋ** ਜਿਸ ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਭਰੋਸਾ ਕਰਦੇ ਹੋ - ਕਿਸੇ ਟੀਚਰ ਨੂੰ, ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ, ਸਕੂਲ ਬੱਸ ਡਰਾਈਵਰ, ਜਾਂ ਲੰਚਰੂਮ ਸੁਪਰਵਾਈਜ਼ਰ ਨੂੰ - ਕਿ ਕੀ ਹੋਇਆ ਸੀ ਜਾਂ ਆਪਣਾ ਨਾਂ ਗੁਪਤ ਰਖਕੇ ਇਸਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰੋ।
- ਆਪਣੇ ਭੈਣਾਂ-ਭਰਾਵਾਂ, ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ **ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ**, ਤਾਂ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਉਂ ਨਾ ਲੱਗੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਕੱਲੇ ਰਹਿ ਗਏ ਹੋ।
- **Kids Help Phone (ਕਿਡਜ਼ ਹੈਲਪਲਾਈਨ)** ਨੂੰ 1-800-668-6868, ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ **www.kidshelpphone.ca** ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਵੇਖੋ।

ਕੀ ਇਹ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੇਰਾ ਬੱਚਾ ਹੋਰਨਾ ਨਾਲ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ?

ਬੱਚੇ, ਜੋ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਕਈ ਵਾਰੀ ਘਰ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਵੀ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਖ਼ੁਦ ਦੇ ਘਰ ਅੰਦਰ ਵੇਖੋ ਅਤੇ ਸੁਣੋ। ਕੀ ਅਜਿਹੇ ਕੋਈ ਸੰਕੇਤ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿਚੋਂ ਇੱਕ, ਛੋਟੇ ਭੈਣ-ਭਰਾ ਨਾਲ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਕਰਦਾ ਹੈ?

ਬੱਚੇ, ਜਿਹੜੇ ਧੱਕੜ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਕਈ ਵਾਰੀ ਹਮਲਾਵਰ ਅਤੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਭੰਨ-ਤੋੜ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਘਰ ਦੇ ਨੇਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫ਼ਿਕਰ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਹੋਰਨਾਂ ਲਈ ਧੱਕੜ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਵੇਖੋ ਕਿ ਉਹ ਛੋਟੇ ਭੈਣ-ਭਰਾਵਾਂ ਨਾਲ, ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਅਤੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ, ਜਦੋਂ ਉਹ, ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਵਿਹਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਉਹ ਮਾਰਦੇ-ਕੁੱਟਦੇ ਲੱਗਦੇ ਹਨ, ਮਿਲਕੇ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੇ ਜਾਂ ਹਮਦਰਦੀ ਨਹੀਂ ਦਰਸਾਉਂਦੇ – ਇਹ, ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਵੀ ਸੰਕੇਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਹੋਰਨਾਂ ਨਾਲ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ।

ਜਿਹੜੇ ਬੱਚੇ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਸਰੀਰਕ ਤਾਕਤ ਨਾਲ ਦਬਕਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਵੀ ਝਰੀਟਾਂ, ਰਗੜਾਂ, ਅਤ ਪਾਟੇ ਕੱਪੜਾਂ ਨਾਲ ਘਰ ਮੁੜਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਅਚਾਨਕ ਹੀ ਖ਼ਰਚੇ ਲਈ ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪੈਸੇ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਅਜਿਹੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਆ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿੱਤ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੋਣ। ਬਾਕੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲੱਗਿਆਂ ਉਹ ਬਦਮਾਸ਼ਾ ਵਾਂਗ ਬੋਲ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਵਾਲਾ ਰਵੱਈਆ ਬੱਚੇ ਜਾਂ ਟੀਨੇਜਰ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਲੰਮੇ ਅਰਸੇ ਦੌਰਾਨ ਅਹਿਮ ਤਬਦੀਲੀਆਂ, ਨੁਕਸਾਨਾਂ ਜਾਂ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀਆਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਕਿਸੇ ਬੱਜੇ ਨੂੰ ਪਿੱਛੇ ਜਿਹੇ ਕੋਈ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਤਜਰਬਾ ਹੋਇਆ ਹੈ?

ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੌਰ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਅਤੇ ਝਗੜਿਆਂ ਦਾ ਹੱਲ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਮੁੱਦਿਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਗੱਲ-ਬਾਤ ਰਾਹੀਂ ਸੁਲਝਾ ਲੈਂਦੇ ਹੋ? ਧੱਕੜ ਰਵੱਈਏ ਨੂੰ ਵਰਜਣ ਦਾ ਇੱਕ ਅਹਿਮ ਤਰੀਕਾ ਖ਼ੁਦ ਇੱਕ ਮਿਸਾਲ ਬਣ ਕੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦਿਖਾਉਣਾ ਹੈ ਕਿ ਬਿਨਾ ਤਸ਼ੱਦਦ ਦੇ ਜਾਂ ਗੁੱਸੈਲ ਹੋਣ ਦੇ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਦੇ ਹੱਲ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੇ ਹਨ।

ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣਾ ਅਹਿਮ ਹੈ ਕਿ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੱਖੋ ਵੱਖਰੀ ਕਿਸਮ ਦੀ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਸਮਝਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਦੁਖਦਾਈ ਅਤੇ ਨੁਕਸਾਨਦਾਇਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਾਨਣ ਦਿਉ ਕਿ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਗਲਤ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਸਵੀਕਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਸਲੀਕਾ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਸਕੂਲ, ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਘਟਨਾਵਾਂ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਨਜਿੱਠਦੇ ਹਨ?

ਉਹਨਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ, ਜੋ ਹੋਰਨਾਂ ਨਾਲ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਨਿਜੀ ਤੌਰ ਤੇ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਆੱਨਲਾਈਨ, ਵੱਖ ਵੱਖ ਨਤੀਜੇ ਭੁਗਤਨੇ ਪੈ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਲੱਗਿਆਂ, ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਸਿਲਸਿਲੇਵਾਰ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਵਾਲੇ ਨਜ਼ਰੀਏ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਓਨਟਾਰੀਓ ਦੀ ਸਿਲਸਿਲੇਵਾਰ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਵਾਲੀ ਪਾੱਲਿਸੀ, ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਨੂੰ, ਵਿਹਾਰ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਦੇ ਕਈ ਵਿਕਲਪਾਂ ਵਿਚੋਂ ਚੋਣ ਕਰਨ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਚੋਣ ਤੋਂ ਸਿਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ:

- ਦੁੱਖ ਪੁਚਾਉਣ ਜਾਂ ਬੇਇਜ਼ਤੀ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟਿੱਪਣੀ ਲਈ ਮਾਫ਼ੀ ਮੰਗਣਾ
- ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਲਈ ਆਸਾਂ-ਉਮੰਗਾਂ ਦਾ ਜਾਇਜ਼ਾ
- ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਨਾਲ ਮੀਟਿੰਗ
- ਗ਼ੁੱਸੇ ਤੇ ਕਾਬੂ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹਕਾਰੀ
- ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਮੁਅੱਤਲ ਕਰਨਾ।

ਜ਼ਿਆਦਾ ਗੰਭੀਰ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਸੁਝਾਅ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਵਿਚੋਂ ਕੱਢ ਦਿੱਤਾ ਜਾਏ, ਜੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਕਰਕੇ ਪਹਿਲਾਂ ਮੁਅੱਤਲ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ ਅਤੇ ਇਸ ਵੇਲੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸੁਰਖਿਆ ਲਈ ਅਪ੍ਰਵਾਣਯੋਗ ਜੋਖਮ ਬਣਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਹ ਨੇਮ ਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਅਤੇ ਸੈਕੰਡਰੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ, ਦੋਹਾਂ ਤੇ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸਿਲਸਿਲੇਵਾਰ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਅਢੁਕਵੇਂ ਵਿਹਾਰ ਨੂੰ ਹੋਰ ਖ਼ਰਾਬ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਅਤੇ ਸੁਰਖਿਆ ਦੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਹਿਜ ਗਿਆਨ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਤੇ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਵਿਹਾਰ ਤੇ ਉਸਾਰੂ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਿਹਾਰ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਹੋਰਨਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਦੇ ਹੋਰ ਉਸਾਰੂ ਤਰੀਕੇ ਸਿਖਦਾ ਹੈ।

ਸਕੂਲ, ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਮਦਦ ਉਪਲਬਧ ਕਰਾਏਗਾ: ਜਿਹੜੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਹੜੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਵਿੱਚ ਰੁਝੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਇਸ ਵਿਹਾਰ ਨੂੰ ਅੱਖੀਂ ਵੇਖਿਆ ਹੋਵੇ।

ਸਾਰੇ ਸਕੂਲਾਂ ਅਤੇ ਬੋਰਡਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਕਰਨਾ ਪੈਣਾ ਹੈ:

- ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਰੋਕਣ ਅਤੇ ਉਸ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਸਬੰਧੀ ਪਾੱਲਿਸੀਆਂ
- ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਅਤੇ ਦਖ਼ਲਅੰਦਾਜ਼ੀ ਦੇਣ ਸਬੰਧੀ ਯੋਜਨਾਵਾਂ
- ਸਿਲਸਿਲੇਵਾਰ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਅਤੇ ਬਰਾਬਰੀ ਅਤੇ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਵਾਲੀ ਸਿਖਿਆ ਲਈ ਪਾੱਲਿਸੀਆਂ।

ਬੋਰਡ ਦੇ ਸਾਰੇ ਮੁਲਾਜ਼ਮਾਂ ਨੂੰ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਵਰਗੀਆਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸਬੰਧੀ ਗੰਭੀਰ ਘਟਨਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਨੂੰ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲਾਂ ਨੂੰ, ਰਿਪੋਰਟ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਬੋਰਡ ਦੇ ਮੁਲਾਜ਼ਮ, ਜਿਹੜੇ ਸਿੱਧਿਆਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂਕਿ ਅਧਿਆਪਕਾਂ, ਸੋਸ਼ਲ ਵਰਕਰਾਂ ਅਤੇ ਸੇਧ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਕੌਂਸਲਰਾਂ ਨੂੰ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਸਮੇਤ ਸਾਰੇ ਅਢੁਕਵੇਂ ਜਾਂ ਬੇਇਜ਼ਤੀ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਵਿਹਾਰਾਂ, ਜਿਸਦਾ ਸਕੂਲ ਦੇ ਮਾਹੌਲ ਤੇ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਪਿਆ ਹੈ, ਦਾ ਜਵਾਬ ਜ਼ਰੂਰ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਸਕੂਲ ਬੋਰਡਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ, ਜਿਹਨਾਂ ਨਾਲ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਨੂੰ ਅੱਖੀਂ ਵੇਖਿਆ ਸੀ ਅਤੇ ਜਿਹੜੇ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ, ਲਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ, ਦਖ਼ਲਅੰਦਾਜ਼ੀਆਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਮਦਦ ਉਪਲਬਧ ਕਰਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਸਕੂਲ ਸਟਾਫ਼, ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਘਟਨਾਵਾਂ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਨਜਿੱਠਦਾ ਹੈ, ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਵਿਭਾਗ ਦੀ ਵੈਬਸਾਈਟ www.edu.gov.on.ca/eng/safeschools/reportingResponding.html ਤੇ "ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਜਵਾਬ ਦੇਣਾ" ਸੈਕਸ਼ਨ ਵੇਖੋ ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸਕੂਲ ਰਾਹੀਂ ਉਪਲਬਧ ਕਰਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲਾਂ ਨੂੰ ਜਿਹਨਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨਾਲ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਹੋਇ ਹੈ, ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਜਿਹੜੇ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਸਨ, ਦੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ:

- ਕੀ ਵਾਪਰਿਆ ਸੀ
- ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਕੀ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋਇਆ ਸੀ
- ਘਟਨਾ ਦੇ ਜਵਾਬ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਗਈ ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨੀ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਸਮੇਤ, ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਰਾਖੀ ਲਈ ਕਿਹੜੀਆਂ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਸਨ
- ਘਟਨਾ ਦੇ ਜਵਾਬ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਲਈ ਕਿਹੜੀ ਮਦਦ ਉਪਲਬਧ ਕਰਾਈ ਜਾਏਗੀ।

ਇਸ ਤੋਂ ਅਲਾਵਾ:

- ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦਿਤੀ ਗਈ ਮਦਦ ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਲਈ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਸੱਦਾ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਮੈਂ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹਾ ਅਮਲ ਜ਼ਰੂਰ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ, ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਲੋਕ, ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਅਨਾਮ ਰਹਿਕੇ ਕਰ ਸਕਣ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਬਾਰੇ ਫ਼ਿਕਰਮੰਦ ਹੋ ਜਾਂ ਸਿਰਫ਼ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਪੁੱਛਣ ਲਈ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲੋ:

- ਸਕੂਲ ਬੋਰਡ ਦੀ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਅਤੇ ਦਖ਼ਲਅੰਦਾਜ਼ੀ ਸਬੰਧੀ ਪਾੱਲਿਸੀ।
- ਸਕੂਲ ਦਾ ਵਿਹਾਰ ਦਾ ਜ਼ਾਬਤਾ, ਜੋ ਤੈਅ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ, ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਹੋਰਨਾਂ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਵਿਹਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

- ਸਕੂਲ ਬੋਰਡ ਦੀ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਅਤੇ ਦਖ਼ਲਅੰਦਾਜ਼ੀ ਸਬੰਧੀ ਪਾੱਲਿਸੀ। ਇਹ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਮਸਿਆ ਸੁਲਝਾਉਣ ਲਈ ਸਕੂਲ ਦਾ ਸਟਾਫ਼ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਸਕੂਲ ਦੇ ਮਾਹੌਲ ਬਾਰੇ ਸਰਵੇਖਣ ਵਿਚਲੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਨਤੀਜੇ। ਇਹ ਅਨਾਮ ਸਰਵੇਖਣ, ਸਕੂਲਾਂ ਦੀ ਸੁਰਖਿਆ ਬਾਰੇ ਅਹਿਸਾਸਾਂ ਦੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਤੇ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਅਤੇ ਸੁਰਖਿਅਤ ਅਤੇ ਅਨੁਕੂਲ ਸਕੂਲਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰੋ, ਬਾਰੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਰਵੇਖਣ, ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਹਰ ਦੋ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਜ਼ਰੂਰ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਜੇ ਸਟਾਫ਼ ਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ ਉਮੀਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਸਕੂਲ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੇ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਅਧਿਆਪਕ ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਅਧਿਆਪਕ, ਜਿਸ ਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਭਰੋਸਾ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਕੁਝ ਤਰੀਕਿਆਂ ਦੀ ਸ਼ਨਾਖ਼ਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਹਨਾਂ ਨਾਲ ਸਮਸਿਆ ਸੁਲਝਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲੇਗੀ।

ਸਕੂਲਾਂ ਤੋਂ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਨਿੱਜਤਾ ਦੀ ਰਾਖੀ ਕਰਦਿਆਂ, ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਦੀ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਦੀ ਹਰ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੇ।

ਸਕੂਲ, ਉਹਨਾਂ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨਗੇ, ਜੋ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ, ਜਿਹੜੇ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਏ ਹਨ ਅਤੇ ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਹੁੰਦਿਆਂ ਵੇਖਿਆ ਹੈ, ਸਮੇਤ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ।

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਕਰਾਈ ਜਾਂਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਬਾਰੇ, ਜੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਸਕੂਲ ਦਾ ਇੱਕ ਅਮਲ ਹੋਏਗਾ, ਜਿਸਦੀ ਤੁਸੀਂ ਪੈਰਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸਕੂਲ ਦੇ ਜਵਾਬ ਤੋਂ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਨਹੀਂ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਬੋਰਡ ਦੇ ਸੁਪਰਵਾਈਜ਼ਰੀ ਅਫ਼ਸਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਇਸ ਤੋਂ ਅਲਾਵਾ, ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੇ ਸਕੂਲ ਵਿਖੇ ਸੁਰਖਿਅਤ ਅਤੇ ਅਨੁਕੂਲ ਸਕੂਲਾਂ ਦੀ ਟੀਮ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਟੀਮ, ਇਕ ਸੁਰਖਿਅਤ, ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਵਾਲਾ ਅਤੇ ਅਨੁਕੂਲ ਸਕੂਲ ਦਾ ਮਾਹੌਲ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੈ। ਇਸ ਟੀਮ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ, ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਇੱਕ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ, ਸਕੂਲ ਦਾ ਸਟਾਫ਼, ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰਕ ਭਾਈਵਾਲ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਚਲੋ, ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਮੇਰਾ ਬੱਚਾ ਤਾਂ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਉਲਝਿਆ ਹੋਇਆ...

ਜਦੋਂ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਹਰ ਕਿਸੇ ਤੇ ਬੁਰਾ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਹਰ ਕੋਈ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਦਾਦਾਗਿਰੀ 85 ਪ੍ਰਤਿਸ਼ਤ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਗਵਾਹਾਂ ਦੇ ਸਾਮ੍ਹਣੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਗਵਾਹ, ਜੋ ਉਹ ਵੇਖਦੇ ਹਨ, ਉਸ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਗਵਾਹ ਡਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਖ਼ੁਦ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਨ ਦਾ ਡਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਜਿਸ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਧੱਕਾ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਉਸ ਲਈ ਇਹ ਗੱਲ ਹੋਰ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਦਾ ਕਾਰਣ ਬਣਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਆਪਣਾ ਨਾਂ ਗੁਪਤ ਰਖਕੇ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਹ ਸਮਝਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਪ੍ਰਵਾਣਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਇਸ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਬਾਲਗ਼ ਨੂੰ ਦੱਸਕੇ ਜਾਂ ਆਪਣਾ ਨਾਂ ਗੁਪਤ ਰਖਕੇ ਇਸਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਕੇ ਇਸਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਨਰੋਏ ਰਿਸ਼ਤੇ ਬਣਾਉਣ ਨਾਲ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ

ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਅਤੇ ਦਖ਼ਲਅੰਦਾਜ਼ੀ, ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਖ਼ਤਮ ਕਰਨ ਤੋਂ ਕਿਤੇ ਵੱਧ ਹੈ।

ਇਹ ਨਰੋਏ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਵੀ ਹੈ। ਨਰੋਏ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਲੋਕਾਂ ਵਿਚਕਾਰ, ਭਾਵੇਂ ਆਹਮੋ-ਸਾਹਮਣੇ ਜਾਂ ਆੱਨਲਾਈਨ, ਸਤਿਕਾਰ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਹਰ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਨਰੋਏ, ਸੁਰਖਿਅਤ, ਸਤਿਕਾਰ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਹੋਣ।

ਅਧਿਆਪਕ, ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਾਲਗ਼, ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਵਿਖਾਉਂਦਿਆਂ ਕਿ ਨਰੋਏ ਰਿਸ਼ਤੇ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਰੋਲ ਮਾੱਡਲ ਵਜੋਂ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ, ਹੋਰਨਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਉਸਾਰੂ ਰਿਸ਼ਤੇ, ਬਾਲਗ਼ਾਂ ਨਾਲ ਉਸਾਰੂ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਉਹਨਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵਲੋਂ, ਜੋ ਨਰੋਏ ਰਿਸ਼ਤੇ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਹੋਰਨਾਂ ਨਾਲ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਕਰਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਘੱਟ ਹੋਏਗੀ, ਉਹਨਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਵਧੇਰੇ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੋਏਗੀ, ਜੋ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਏ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਵਿਦਿਅਕ ਟੀਚਿਆਂ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਹਾਸਲ ਕਰਨਗੇ। ਨਰੋਏ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਨੂੰ ਉਤਸਾਹਿਤ ਕਰਨਾ, ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਅਤੇ ਇਕ ਸੁਰਖਿਅਤ ਅਤੇ ਅਨੁਕੂਲ ਸਕੂਲ ਮਾਹੌਲ ਕਾਇਮ ਕਰਨ ਲਈ ਇਕ ਅਹਿਮ ਤਰੀਕਾ ਹੈ।

ਅਸੀਂ ਓਨਟਾਰੀਓ ਦੇ ਸਕੂਲਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰਖਿਅਤ ਅਨੁਕੂਲ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ

ਜੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਕਾਮਯਾਬ ਹੋਣਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸਕੂਲ ਦਾ ਇੱਕ ਸਾਕਾਰਾਤਮਕ ਵਾਤਾਵਰਣ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਨ ਦਾ ਇੱਕ ਮਹਿਫੂਜ਼ ਮਾਹੌਲ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰੋ:

- **Safe Schools Strategy (ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸਕੂਲ ਨੀਤੀ)**। ਇਸ ਵਿਆਪਕ ਨੀਤੀ ਵਿੱਚ ਹਰ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਅਨੁਕੂਲ ਸਕੂਲ ਟੀਮ, ਸਕੂਲ ਦੇ ਵਸੀਲੇ, ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲਾਂ ਲਈ ਸਿਖ਼ਲਾਈ, ਅਤੇ Kids Help Phone (ਕਿਡਜ਼ ਹੈਲਪ ਫ਼ੋਨ) ਨਾਲ ਭਾਈਵਾਲੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। **www.ontario.ca/acceptingschools**
- **ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਸਕੂਲੀ ਮਾਹੌਲ ਦਾ ਸਰਵੇਖਣ**। ਇਹ ਸਰਵੇਖਣ 22 ਬੋਲੀਆਂ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੈ **www.edu.gov.on.ca/eng/safeschools/climate.html**
- **ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਪ੍ਰਤੀ ਓਨਟੇਰੀਓ ਦਾ ਵਤੀਰਾ**। ''ਅਗਾਂਹਵਧੂ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ'' ਵਿੱਚ ਸਮੁੱਚਾ ਸਕੂਲ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਸਕੂਲ ਦੇ ਸਾਕਾਰਾਤਮਕ ਮਾਹੌਲ ਨੂੰ ਸਿਰਜਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਨੂੰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੇ ਨਾਮੁਨਾਸਬ ਨਤੀਰੇ ਨਾਲ ਨਿਪਟਣ ਲਈ ਸਹੀ ਨਤੀਜੇ ਚੁਣਨ ਦੇ ਕਾਬਲ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਕਾਰਾਤਮਕ ਵਤੀਰੇ ਨੂੰ ਹੱਲਾਸ਼ੇਰੀ ਦੇਣ ਲਈ ਅਨੇਕਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਅਨੇਕਾਂ ਸਹਾਰੇ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਨੀਤੀ ਨੀਤੀ/ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਮੈਮੋਰੈਂਡਮ 145 ਵਿੱਚ ਵੇਰਵੇ ਨਾਲ ਬਿਆਨ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। **www.edu.gov.on.ca/extra/eng/ppm/145.pdf**
- **Code of conduct (ਵਰਤਾਰੇ ਦਾ ਜ਼ਾਬਤਾ)**। ਸਕੂਲੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿਚਲੇ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਬਿਆਨਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀ, ਮਾਪੇ, ਸਕੂਲ ਦੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਦੇ ਭਾਈਵਾਲ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। **www.edu.gov.on.ca/eng/safeschools/code.html**
- **ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਅਤੇ ਸਾਲਸੀ ਬਾਰੇ ਓਨਟਾਰੀਓ ਦੀ ਪਾੱਲਿਸੀ**। ਇਹ ਪਾੱਲਿਸੀ/ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਮੈਮੋਰੈਂਡਮ 144 ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਅਤੇ ਸਾਲਸੀ ਦੀਆਂ ਨੀਤੀਆਂ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਸੰਬੰਧੀ ਸਕੂਲ ਬੋਰਡਾਂ ਤੋਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਉਮੀਦਾਂ ਦੀ ਰੂਪ-ਰੇਖਾ ਦੱਸਦਾ ਹੈ। **www.edu.gov.on.ca/extra/eng/ppm/144.pdf**
- **ਬਰਾਬਰੀ ਅਤੇ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਵਾਲੀ ਵਿਦਿਅਕ ਰਣਨੀਤੀ**। ਇਹ ਦਸਦੀ ਹੈ ਕਿ ਮਹਿਕਮਾ, ਸਕੂਲ ਬੋਰਡ ਅਤੇ ਸਕੂਲ, ਓਨਟਾਰੀਓ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਬਰਾਬਰੀ ਅਤੇ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਵਾਲੀ ਸਿਖਿਆ ਦੀ ਹਿਮਾਇਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। **www.edu.gov.on.ca/eng/policyfunding/equity.html**
- **Premier's Safe Schools Awards (ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸਕੂਲਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰੀਮੀਅਰ ਅਵਾਰਡ)**। ਇਹ ਸਨਮਾਨ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਸਮੁੱਚਤਾ-ਭਰਿਆ ਮਾਹੌਲ ਸਿਰਜਣ ਲਈ ਬੇਮਿਸਾਲ ਅਤੇ ਨਵੀਨਕਾਰੀ ਕਾਰਜ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ 10 ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਅਨੁਕੂਲ ਸਕੂਲ ਟੀਮਾਂ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਦਿੰਦਾਹੈ। **www.edu.gov.on.ca/eng/safeschools/award.html**
- **Kids Help Phone (ਕਿਡਜ਼ ਹੈਲਪ ਫ਼ੋਨ)**। ਭੇਤਦਾਰੀ ਵਾਲ਼ੀ ਇਹ ਕੌਂਸਲਿੰਗ ਸੇਵਾ 24 ਘੰਟੇ, ਸੱਤੇ ਦਿਨ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। **www.kidshelpphone.ca** ਵੇਖੋ ਜਾਂ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ **1-800-668-6868**

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ:

- **ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਲਈ, PREVNet (ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਨੂੰ ਉਤਸਾਹਿਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਹਿੰਸਾ ਨੂੰ ਖ਼ਤਮ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਨੈਟਵਰਕ) ਵਲੋਂ ਵਿਕਸਿਤ ਕੀਤੇ ਗਏ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਸਬੰਧੀ ਵਸੀਲੇ**
  www.prevnet.ca/BullyingResources/ResourcesForParents/tabid/390/Default.aspx
- **ਪੇਰੈਂਟ ਟੂਲ ਕਿੱਟ ਟੀਨ ਐਡੀਸ਼ਨ: ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ, ਆਪਣੇ ਗਭਰੇਟਾਂ ਨੂੰ ਕਾਮਯਾਬ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।** ਇਹ ਟੂਲ-ਕਿੱਟ, ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਲਈ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਗਭਰੇਟ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਉਤਸਾਹ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਨੁਕਤੇ, ਸੁਝਾਅ ਅਤੇ ਵਸੀਲਿਆਂ ਦਾ ਸੰਗ੍ਰਹਿ ਹੈ। **www.ontariodirectors.ca/Parent_Engagement/Parent_Engagement.html**
- **ਸੇਫ਼@ਸਕੂਲ।** ਇਹ ਵੈਬਸਾਈਟ, ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਸਟਾਫ਼ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਲਈ ਸਿਖਲਾਈ ਵਸੀਲਿਆਂ ਸਮੇਤ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਅਤੇ ਬਰਾਬਰੀ ਅਤੇ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਵਾਲੀ ਸਿਖਿਆ ਬਾਰੇ ਵਸੀਲੇ ਮੁਹਈਆ ਕਰਦੀ ਹੈ। **www.safeatschool.ca**
- **ਸਟੈਪਿੰਗ ਸਟੋਨਜ਼: ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਬਾਰੇ ਇਕ ਵਸੀਲਾ।** ਬਾਲ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਮਹਿਕਮੇ ਵਲੋਂ ਵਿਕਸਿਤ, ਇਹ, 12 ਤੋਂ 25 ਸਾਲ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਪੜਾਵਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਤਰੀਕਿਆਂ ਦਾ ਜਾਇਜ਼ਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਦੀ ਸ਼ਨਾਖ਼ਤ ਅਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। **www.ontario.ca/steppingstones** ਤੇ ਉਪਲਬਧ

---

www.ontario.ca/acceptingschools ਤੇ ਸੁਰਖਿਅਤ ਅਤੇ ਅਨੁਕੂਲ ਸਕੂਲਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ

www.ontario.ca/EDUparents ਤੇ ਇਸ ਬ੍ਰੋਸ਼ਰ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਕਈ ਜ਼ਬਾਨਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੱਭੋ

www.ontario.ca/publications ਤੇ ServiceOntario ਰਾਹੀਂ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਅਤੇ ਫ਼ ਰੈਂਚ ਵਿੱਚ ਇਸ ਬ੍ਰੋਸ਼ਰ ਦੀਆਂ ਛਪੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਕਾਪੀਆਂ ਦਾ ਆਰਡਰ ਦਿਓ

ISBN 978-1-4606-1320-7 (PDF) (English) © ਓਨਟਾਰੀਓ ਲਈ ਕੁਇਨਜ਼ ਪ੍ਰਿੰਟਰ, 2013

Ontario