Palatandaan ng pananakot

Ang isang estudyante na binubully o sya mismo ang nagbubully sa kapwa ay tutugon at kikilos.

Ang pag uugali at saloobin ng isang estudyante ay pwedeng mabago sa ibat ibang kadahilanan. Gayunpaman, ang mga sumusunod na palatandaan ay nagpapakita na ang isang estudyante ay nakakaranas ng pananakot:

Palatandaan na maaring mapuna ng guro:

* pagiging agresibo at di makatwiran
* nag sisimula ng away
* tumangging pag usapan kung anu mali o problema
* Nagsisimulang bumaba ang marka.

Minsa ang pananakot ay mas hindi halata. Kasama ang palatandaang:

* malimit nag iisa at humihiwalay sa kaibigan o grupo sa eskwelahan (paaralan)
* estudyanteng malimit matipuhang tuksuhin, pagtawanan at kutyain sa paaralan
* Ang kakayahan at pagsasalita sa klase ay nabago at napalitan ng walang katiyakan at takot.

Mga palatandaan na mag-uulat ang isang magulang:

* ayaw ng pumasok sa paaralan
* pagbabago ng nakasayan o nakaugalian o takot ng maglakad pagpapasok sa paaralan
* Pagbabago ng pamamaraan sa pagtulog
* pagbabago sa pamamaraang kumain
* madalas na pag iyak, galit at pabago bagong ugali
* di maipaliwanag na pasa, sugat at gasgas
* nawawala o nasisirang mga kagamitan at damit
* Gutom pag uwi sa bahay.

Mga estudayente na malamang nabu-bully ay malamang nangbu-bully din:

* ayaw na bumalik sa paaralan
* walang kaibigan sa paaralan
* pagpapakita ng mataas na emosyon na nagpapahiwatig ng kahinaan ng loob
* hindi mabuting pagtanggap ng kapwa, iniiwasan at hindi nakikihalubilo
* mahina ang kumpyansa sa sarili
* walang paninindigan
* may kakaibang gawi o kilos.

Ang estudyante na nangbu-bully ay:

* paulit ulit tinitukso, ginagaya o pinagtatawanan
* maramdaman ang pangangailangan na maging mas dominante at makontrol ang kapwa
* walang pakikiramay/ pakialam sa kapwa na tinatakot o binubully
* paulit ulit na hindi pagpansin sa nanakot sa kanya
* madalas na pagbulong pag nakatalikod.

Mga estudyante na palaging nagbu-bully ay mas malamang:

* ayaw ng pumasok sa paaralan
* pagpapakita ng kakayahang maging mabuting mamuno
* Pagpapakita na mahusay sa pananalita at kakayahang mag sabi ng makakaiwas sa gulo.

Itong mga impormasyon ay nangaling sa hanay ng mga mapagkunan kabilang ang:

The Australian Psychological Society Tip Sheets [http://www.psychology.org.au/publications/tip\_sheets/bullying/#s9](http://www.psychology.org.au/publications/tip_sheets/bullying/#s9  )

Working Together: A Toolkit for parents to Address Bullying

<http://behaviour.education.qld.gov.au/bullying-and-violence/schools/Pages/qsaav.aspx#toolkit>