

Методичні рекомендації

Протидія булінгу в умовах навчального закладу

Практично в кожному класі є учні, які стають об'єктами глузувань та знущань. Булінг – достатньо нове поняття в нашому житті, але явище, яке воно позначає, на жаль, нам добре і давно відоме. У художній формі ця проблема була розкрита у фільмі «Опудало» (рос. «Чучело»). Що ж це за явище таке, за якого дитина стає «білою вороною», а сьогодні - жертвою булінгу?

БУЛІНГ (від англ. *bully* – хуліган, забіяка, задирака) – визначається як *утиск, дискримінація, цькування*. Вчені визначають шкільний булінг як *тривалий процес свідомого жорстокого ставлення з боку однієї дитини або групи дітей до іншої дитини або групи інших дітей*.

На сьогодні булінг перетворився на доволі поширене явище, за яким стоїть ціла низка соціальних, психологічних та педагогічних проблем. Булінг – це не просто бешкет та пустощі. Це особлива форма стосунків, яка ґрунтується на дискримінації, насильстві та агресії. Булінг – явище більш характерне для загальноосвітніх шкіл, де учні об'єднані формально (за віковим принципом), і менш характерне для музичних, художніх шкіл тощо, де діти об'єднані спільним інтересом. Соціальна структура булінгу виглядає так: переслідувач (переслідувачі), свідки, жертва.

Найчастіше булінг відбувається в місцях, де контроль з боку дорослих недостатній або відсутній взагалі. Це можуть бути: їдальні, сходи, коридори, вбиральні, роздягальні, спортивні майданчики.

Знущання більш поширені в початковій або середній школі, рідше - у старшій. Однак, варто зазначити, що у старшій школі булінг набуває більш прихованого характеру. Кривдники - хлопці частіше застосовують фізичне насильство, дівчата – дражняться, поширюють чутки, ігнорують та бойкотують жертву. Фізичне насильство більш помітне, складніше помітити психологічне насильство. Сьогодні набирає обертів кібербулінг –

приниження за допомогою мобільних телефонів, Інтернету. Діти реєструються в соціальних мережах, створюють сайти, де можуть вільно спілкуватися, ображаючи інших, поширювати плітки, особисті фотографії або фото, зроблені в роздягальнях чи вбиральнях.

Фізичний булінг – штовхання, підніжки, зачіпання, бійки, стусани, ляпаси, «сканування» тіла, нанесення тілесних ушкоджень тощо.

Економічний булінг – крадіжки, пошкодження чи знищення одягу та інших особистих речей жертви, вимагання грошей тощо.

Психологічний булінг – принизливі погляди, жести, неприємні рухи тіла та міміки обличчя, поширення образливих чуток, ізоляція, ігнорування, погрози, жарти, маніпуляції, шантаж тощо.

Сексуальний булінг – принизливі погляди, жести, образливі рухи тіла, прізвиська та образи сексуального характеру, фотографування та відеозйомки у переодягальнях, поширення образливих чуток, сексуальні погрози, жарти тощо.

Жертви булінгу зазнають чимало страждань. Шкільне цькування спричиняє небезпечні довготермінові психологічні наслідки – низька самооцінка, самотність, відсутність почуття безпеки, депресія і, навіть, суїцидальні настрої.

Хто такий переслідувач? Це дитина, яка, насправді, невпевнена в собі і приховує свою слабкість і неспроможність. Із переслідувачами підтримують дружні відносини, тільки щоб не стати жертвою і, в такий спосіб, захиститися від насмішок або будь-якого іншого прояву знуцання.

Для переслідувача часто характерні такі риси: вони відчувають сильну потребу панувати й підпорядковувати собі інших учнів, переслідуючи власні цілі; вони імпульсивні й легко шаленіють; часто зухвалі та агресивні в ставленні до дорослих (передусім батьків і вчителів); не виявляють співчуття до своїх жертв; якщо це хлопчики, то вони зазвичай фізично сильніші за інших.

Є діти, які можуть з однаковою ймовірністю стати як переслідувачами, так і жертвами. Це агресивні діти і скаржники. З одного боку, всі ці якості можуть стати причиною неприязні однолітків, з іншого – саме ці якості іноді дозволяють дитині отримати владу над іншими і утримувати її.

Варто пам'ятати, що дитина-переслідувач так само потребує уваги і допомоги педагога та шкільного психолога, як і дитина-жертва. Часто переслідувачі походять із кризових сімей, де батьки постійно сваряться, не приділяють дитині належної уваги, зловживають алкоголем, або й взагалі така дитина може бути свідком чи жертвою домашнього насильства.

Жертвами булінгу найчастіше стають діти з незвичайною зовнішністю (помітні шрами, косоокість тощо, або ж зовнішністю, не звичною для даної громади, – інший колір шкіри, розріз очей тощо); замкнуті і сором'язливі діти, діти з низькою самооцінкою, неуспішні у спілкуванні; діти, у яких немає друзів серед однолітків (більш успішні в спілкуванні з дорослими, часто діти зі специфічними інтересами, що призводить до сприйняття їх як «диваків», талановиті та обдаровані); фізично слабші за однолітків хлопчики; у молодших класах – неуспішні у навчанні, неохайно одягнені діти.

Жертвою булінгу може стати дитина, погляди якої відрізняються від загальноприйнятих у даному колективі, новий учень у класі, родина якого була активним учасником протестних акцій. Діти можуть не розказувати про ці випадки нікому з дорослих. Особливо це стосується хлопчиків, від яких батьки, через поширеність гендерних стереотипів, вимагають, щоб ті були мужніми і протистояли цькуванню.

Потрібно пам'ятати, що особливо важливими для дитини, яка страждає від цькування у школі, є здорові відносини у сім'ї, підтримка, достатні прояви любові, а, також, наявність активного соціального життя поза школою – участь у гуртках, друзі зі схожими інтересами тощо. Якщо центральне місце у житті дитини займає школа, а вдома вона не відчуває себе затишно і в безпеці, то булінг у класі переживається дуже болісно. Є

випадки, коли, доведені до краю діти, вчиняють самогубство або ж брутально розправляються з однокласниками (випадки масових розстрілів у школах).

Рекомендації

- *Стежте за груповою динамікою класу, щоб вчасно виявляти випадки булінгу та реагувати на них.*
- *Якщо Ви вважаєте, що дитина стала жертвою булінгу - перш за все переконайтеся, що це дійсно цькування, а не локальний конфлікт.*
- *Заохочуйте дітей розповідати про свої проблеми вам або своїм батькам.*
- *Заохочуйте батьків виявляти проблеми спілкування та взаємодії дитини в колективі, звертатись до практичного психолога.*
- *Для вирішення ситуації, шкільному психологу варто працювати не лише з дитиною, яка стала жертвою булінгу, чи з переслідувачем, але й з усім класом.*