

Загальна інформація

Булінг — це прояв нетерпимості до прав людини і форма насильства, де постраждати може будь-хто, незалежно від гендерної ідентичності та віку. У школі від булінгу страждають як хлопці, так і дівчата. Жертвами цькування можуть стати навіть вчителі. Булінг суперечить таким базовим поняттями як толерантність, права людини, взаємоповага.

За даними Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ), в Україні 67% дітей від 11 до 17 років стикалися з проблемою булінгу, а 24% дітей були жертвами цькування. Крім того 40% опитаних дітей соромляться говорити про цькування, а 22% вважають це нормальним явищем.

Як розпізнати прояви булінгу і що робити дітям, вчителям, батькам розповіла практикуюча психологиня Сватівської гімназії **Ольга Серeda**. Їй 27 років. Закінчила Харківський педуніверситет. У школі працює п'ятий рік.

Що таке булінг і яким він буває

Слово «булінг» походить від англійського bullying — бикування (переслідування). Булінг в школі — це дії або бездіяльність учасників освітнього процесу, що вчиняються стосовно малолітньої чи неповнолітньої особи, внаслідок чого може бути заподіяна шкода психічному або фізичному здоров'ю потерпілого. Булінг буває:

- **фізичний** — нанесення тілесних ушкоджень;
- **економічний** — навмисне пошкодження особистих речей, вимагання грошей, крадіжки;
- **психологічний** — образи, погрози, непристойні жарти, ігнорування, шантаж, наклеп чи маніпуляції;
- **сексуальний** — жарти сексуального характеру, принизливі жести та образливі чутки, зйомки у роздягальнях, сексуальні погрози;
- **кібербулінг** — це переслідування за допомогою електронних пристроїв, в тому числі мобільних телефонів та інтернету.

Які ознаки булінгу і як довго він триває

Не варто булінг плутати із конфліктом. Конфлікт — це тимчасове непорозуміння між людьми через різні погляди стосовно того чи іншого питання. Сторони конфлікту зазвичай не мають фізичної або іншої переваги один над одним на відміну від булінгу, коли кривдник обирає слабшу за себе людину.

У булінгу зазвичай є три сторони — кривдник (булер), потерпілий (жертва) і спостерігачі. Ознакою булінгу є систематичність дій, в результаті яких потерпілі відчують приниження, страх, тривогу або соціальну ізоляцію у колективі.

Тривати булінг може тиждень чи місяць, а може й довше. Все залежить від того, як себе поведуть не тільки постраждалий чи кривдник, а і спостерігачі, які соромляться чи бояться сказати про прояви булінгу. Інколи спостерігачі не кажуть про це, бо підтримують самого булера.

Причини, що спонукають до булінгу

Все залежить від мети, яку кривдник переслідує. Здебільшого булер так самостверджується в колективі. Ще сьогодні подається багато негативної інформації

по телевізору чи в інтернеті, агресивні комп'ютерні ігри теж можуть спонукати дитину до агресивної поведінки. Також причиною подібної поведінки може бути насильство в сім'ї. Коли батьки змушують дитину робити те, чого вона не хоче. Навіть якщо дитина стала тільки свідком такого насильства, все одно в подальшому вона «переносить» цей негатив на інших.

Як розпізнати, що дитина стала об'єктом булінгу і що робити

Зазвичай від булінгу страждають діти, які відрізняються від інших — кольором волосся, може якимись фізичними вадами. Хоча потерпілими можуть стати не тільки фізично слабші чи менш обдаровані діти. Навпаки, вони можуть гарно вчитися, бути інтелектуально розвиненими, але, наприклад, одягатися не дуже привабливо. А буває причиною булінгу стає заздрість з боку однолітків.

Насамперед вчителі і батьки повинні звернути увагу на зміни у поведінці учня чи учениці:

- замкнутість, поганий настрій та пригніченість;
- погіршення успішності в навчанні;
- не бажання ходити у школу або дитина ходить до школи іншим шляхом;
- нестандартні розмальовки в зошитах чи на руках дитини.

Батьки повинні любити дитину. Якщо дитина міняється — це завжди помітно. Значить, настав час поговорити з нею. Тактовно і без тиску, щоб дитина довірилася і розповіла про свої проблеми. Дитина повинна бути впевнена, що вдома її зрозуміють, завжди допоможуть, дадуть пораду, а не покарають за якісь дії.

Як не допустити проявів булінгу в школі

Школа один із основних агентів гендерної соціалізації дитини. Саме на вчителів та вчительках лежить відповідальність за те, щоб вчасно виявити прояви булінгу і попередити його наслідки.

Для цього потрібно:

- постійно вести роз'яснювальну роботу серед учнів усіх вікових категорій. Проводити теоретичні та практичні навчання. Для найменших школярів — це заняття у вигляді гри з використанням інноваційних технологій. Під час тренінгів та практичних уроків вчити дітей слухати один одного, поважати іншу думку і разом знаходити правильне рішення;
- у випадку проявів булінгу не треба замовчувати проблему, інакше це може привести до шкоди фізичному або психічному здоров'ю дітей;
- проводити тренінги з питань протидії булінгу для вчителів, адже вони теж можуть стати його жертвами з боку школярів.

Відповідальність за булінг

Якщо дитині виповнилося 16 років, то відповідальність за вчинення булінгу неповнолітньої чи малолітньої особи карається штрафом від 850 до 1700 гривень або громадськими роботами від 20 до 40 годин.

Знущання, вчинені повторно або групою осіб, караються штрафом від 1700 до 3400 гривень або громадськими роботами на строк від 40 до 60 годин.

Якщо дітям, які вчинили булінг, не виповнилося 16 років, то відповідатимуть їхні батьки або особи, що їх замінюють. До них застосовується покарання у вигляді штрафу від 850 до 1700 гривень або громадські роботи на строк від 20 до 40 годин.

Є покарання за приховування фактів булінгу. Якщо керівник школи не повідомить поліцію про відомі йому випадки цькування серед учнів, його оштрафують на суму від 850 до 1700 гривень або призначать виправні роботи на строк до одного місяця з відрахуванням до 20% від заробітку.

Які можуть бути психологічні наслідки для учасників булінгу

Для тих, кого булять

Для постраждалої дитини великим стресом шкільного булінгу є виключення її з групи. Формально вона перебуває в колективі, а насправді — живе поза ним. У дитини формується занижена самооцінка. Зазвичай постраждалі від шкільного насилля в дорослому житті відчують постійну тривогу і невпевненість у собі.

Також у потерпілих від шкільного насилля штучно формується ненависть до людей. У крайньому випадку це може призвести до того, що у дорослому житті людина прагнучим помсти, у тому числі і фізичної розправи. І об'єктами помсти можуть стати сторонні люди.

Ще жертви шкільних знущань схильні до депресій. А це формує іншу крайність — самогубство.

Для тих, хто булить

Переслідувачі через перебільшення власного значення неадекватно сприймають норми і правила в колективі. Вони переконані, що можуть змінити їх на власний розсуд. У дорослому житті такі люди не сприйматимуть правила будь-якого колективу. Близько 60% ініціаторів шкільних знущань отримують судимості уже в молодому віці. Більшість з них у дорослому житті стають злочинцями.

Переслідувачам складніше отримати гарну освіту. І навіть якщо вони її отримали, в подальшому колишні булери можуть стати авторитарними керівниками. Переслідувачі, як правило, мають низьку здатність до емпатії. Тому почуття інших для них не важливі. Булери в дорослому житті можуть залишитися без друзів.

Для спостерігачів

Свідки булінгу часто стають екстерналами — людьми, які залежать від думки інших і завжди займають позицію підкорення. На психологічному рівні спостерігачі бояться стати наступною «жертвою» і не можуть протистояти кривднику через самозбереження. У дорослому житті такі люди зазвичай песимістичні, позбавлені можливості розвиватись, не здатні поставити перед собою якусь мету, щоб її досягти.