

Протидія булінгу (цькуванню)

Про булінг

Булінг в Україні

Види булінгу

Що таке кібербулінг

Де, кого та чому можуть булити

До чого може призвести булінг

Поради учням щодо протидії булінгу (цькуванню)

Поради педагогам щодо протидії булінгу (цькуванню)

Відповідальність за булінг

Корисні посилання щодо теми антибулінгу

Куди звертатися



Образливі прізвиська, глузування, піддражнювання, підніжки, стусани з боку одного або групи учнів щодо іншого учня – це ознаки нездорових стосунків, які можуть призвести до цькування — регулярного, повторюваного день у день знущання. Регулярне та цілеспрямоване нанесення фізичної й душевної шкоди стало об'єктом уваги науковців і педагогів, починаючи з 70-х років минулого століття, й отримало спеціальну назву – булінг.

Про булінг

Булінг (від англ. bully – хуліган, задирака, грубіян, «to bully» — задиратися, знущатися) – тривалий процес свідомого жорстокого ставлення, агресивної поведінки, щоб заподіяти шкоду, викликати страх, тривогу або ж створити негативне середовище для людини

Булінг (цькування) - діяння (дії або бездіяльність) учасників освітнього процесу, які полягають у психологічному, фізичному, економічному, сексуальному насильстві, у тому числі із застосуванням засобів електронних комунікацій, що вчиняються стосовно малолітньої чи неповнолітньої особи та (або) такою особою стосовно інших учасників освітнього процесу, внаслідок чого могла бути чи була заподіяна шкода психічному або фізичному здоров'ю потерпілого. (Закон України «Про освіту» ст. 1 п. 3¹)

Ознаками булінгу (цькування) є:

- систематичність (повторюваність) діяння;
- наявність сторін - кривдник (булер), потерпілий (жертва булінгу), спостерігачі (за наявності);
- дії або бездіяльність кривдника, наслідком яких є заподіяння психічної та/або фізичної шкоди, приниження, страх, тривога, підпорядкування потерпілого інтересам кривдника, та/або спричинення соціальної ізоляції потерпілого.

Булінг відрізняється від сварки між учнями тим, що:

1. Булінг супроводжується реальним фізичним чи психологічним насиллям: жертву висміюють, залякують, дражнять, шантажують, б'ють, псують речі, розповсюджують плітки, бойкотують, оприлюднюють особисту інформацію та фото в соціальних мережах.
2. В ситуації булінгу завжди беруть участь три сторони: той, хто переслідує, той, кого переслідують та ті, хто спостерігають.
3. Булінг негативно впливає на всіх учасників, на їхнє фізичне та психічне здоров'я.
4. Булінг може виникати спонтанно, коли несподівано для себе учень опиняється або в ситуації переслідування, або приєднується до переслідувача.
5. Якщо булінг відбувся, він може повторюватися багато разів.

Булінг в Україні

За даними різних досліджень:

- 24% українських учнів вважають себе жертвами булінгу.
- 67% учнів стикалися з булінгом за останні 2-3 місяці.
- 44% жертв булінгу ігнорували проблему, оскільки боялися за себе.
- 40% жертв ні з ким не діляться проблемою. Навіть з батьками.
- більшість учнів булять за те, що вони виглядають, говорять, думають не так, як їхнє оточення.
- сором'язливі та інтровертні учні стають жертвами булінгу вдвічі частіше за інших.

Види булінгу

Булінг може виявлятися у багатьох формах і видах. Він може бути:

- Фізичний - штовхання, підніжки, зачіпання, бійки, стусани, ляпаси, «сканування тіла», побиття.
- Економічний - крадіжки, пошкодження чи знищення особистих речей та одягу, вимагання грошей.
- Психологічний - принизливі погляди, жести, жарти, образливі рухи тіла, міміки обличчя, поширення образливих чуток, ізоляція, ігнорування, погрози, маніпуляція, шантаж
- Сексуальний - принизливі погляди, жести, жарти, образливі рухи тіла, прізвиська та образи сексуального характеру, зйомки у переодягальнях, поширення образливих чуток, сексуальні погрози, секстинг.
- Кібербулінг - пересилка приватних та інтимних фото/повідомлень, обзивання по телефону, знімання на відео бійок чи інших принижень, викладання відео в мережу інтернет, цькування через соціальні мережі.

Що таке кібербулінг

Інтернет і технології створили новий вид насильства – кібербулінг. Кіберагресори роблять публікації, що принижують гідність жертв, відправляють їм повідомлення з погрозами, викладають фотографії і відео зі знущаннями. Через соціальні мережі та спільноти будь-яка інформація поширюється блискавично. Кіберагресори цілодобово залякують своїх жертв, створюючи ілюзію повного контролю над їхнім життям і поведінкою.

Інтернет додає традиційному булінгу таких рис:

- Цілодобове втручання в особисте життя. Цькування не має тимчасового або географічного обмеження. Нападки не припиняються і в позаурочний час.
- Необмеженість аудиторії, швидкість поширення інформації.
- Можливість анонімного переслідування.

Можливі зовнішні ознаки кібербулінгу:

- образливі листи по електронній пошті, повідомлення в месенджерах, соціальних мережах або SMS на мобільний телефон

- бойкотування, коли учня не приймають в чати, не додають до списків друзів або ігнорують в мережевих іграх
- завантажені в інтернет фотографії або відео, які можуть викликати у жертви почуття сорому і незручності
- оприлюднення та поширення особистої інформації
- спілкування і дії від імені іншої людини

Де, кого та чому можуть булити

Де булять?

Як правило булінг відбувається у освітньому просторі та в соціальних мережах.

Кого булять?

У групі ризику може опинитися будь-який учень, який відчуває, що занадто вирізняється із загального кола своїх однолітків. Підґрунтям для глузувань може стати руде волосся, ластовиння, занадто високий або занадто низький зріст, вага тіла, особлива форма голови, носа, очей, рота, національність, фізичні обмеження. Успіхи у навчанні, матеріальні можливості або навіть особливості характеру теж можуть стати основою для булінгу. Крім того, жертвою булінгу може стати також той, кому складно спілкуватися з однолітками, хто поводить себе відлюдкувато чи, навпаки, провокативно.

Всі ці риси не обов'язково, але можуть призводити до булінгу.

Чому булять?

1. Вважають, що це смішно і в цьому немає великої проблеми чи трагедії. Учні, які булять, не надто переймаються почуттями тих, кого вони ображають.
2. Вважають, що дорослі не будуть звертати на це уваги.
3. Вважають, що хтось заслуговує на таке ставлення або так себе заспокоюють.
4. Вважають, що така поведінка є нормою
5. Агресори самі зазнали булінгу.
6. Хочуть відчувати силу та вплив, прагнуть уваги та лідерства у групі.
7. Інколи — через почуття самотності і невпевненості.

До чого може призвести булінг

Булінг впливає на всіх, хто бере в ньому участь або спостерігає, та має деструктивні наслідки в майбутньому житті.

Ті, хто піддаються булінгу:

- втрачають відчуття емоційної та фізичної безпеки, довіри до місця, у якому мають перебувати щодня;
- відчують безпорадність і страх від постійної загрози. Булінг провокує тривожні та депресивні розлади, пригнічує імунітет, що підвищує вразливість до різних захворювань;
- втрачають повагу до себе. Страхі та невпевненість руйнують здатність до формування та підтримки стосунків з однолітками, що призводить до відчуття самотності;
- втрачають інтерес до різних форм активності та не можуть нормально навчатися. У деяких випадках можна простежити зв'язок між потерпанням від булінгу та розладами харчуванням (анорексії та булімії), емоційної сфери (депресіями та суїцидальною поведінкою).

Ті, хто булять:

- частіше за інших потрапляють у ситуації, де проявляється насилля та порушуються закони;
- частіше беруть участь у бійках, причетні у вандалізмі, залучаються до ранніх статевих стосунків, мають досвід вживання алкоголю та наркотичних речовин.

Ті, хто вимушені спостерігати:

- часто страждають від відчуття безпорадності, етичного конфлікту: втрутитись у ситуацію булінгу чи ж залишитись осторонь;
- потерпають від депресивних станів чи перезбудження, намагаються менше відвідувати заклад освіти.

Поради учням щодо протидії булінгу (цькуванню)

Що робити, якщо тебе булять?

Немає універсального та швидкого рішення, проте є п'ять кроків, які точно варто зробити, щоб впоратись із булінгом.

Якщо ти у ситуації булінгу:

1. У жодному разі не тримай це в секреті. Виріши, кому ти довіряєш і можеш про це розповісти: батькам чи іншим родичам, другу або подрузі, педагогу, психологу або навіть друзям своїх батьків.
2. Не бійся просити про допомогу — вона тобі необхідна.
3. Припини звинувачувати себе чи виправдовувати дії інших. Ніхто не має права порушувати твої кордони, примушувати робити щось, принижувати чи ображати тебе. Така поведінка не прийнятна.

4. Якщо трапилась будь-яка небезпечна для тебе ситуація, звертайся за допомогою до адміністрації закладу освіти, педагогів, батьків.
5. Проконсультуйся із практичним психологом, щоб відновити відчуття впевненості у своїх силах та зрозуміти, як діяти далі.

Що робити, якщо ти бачиш, як булять іншого?

Учні, які піддаються булінгу в закладі освіти, починають вигадувати приводи, щоб не ходити на заняття, прикидаються хворими. Стають замкнутими, втрачають смак до життя і перестають вчитися. Що робити, якщо ти бачиш, як булять іншого, і хочеш йому допомогти:

1. Ти можеш бути тим, хто нарешті почне про це говорити.
2. Якщо бачиш ситуацію булінгу, одразу клич на допомогу дорослих, які є поруч.
3. Якщо тобі пропонують приєднатися до булінгу або дивитися на те, що відбувається, рішуче відмовляйся.
4. Якщо твій друг чи подруга поділилися з тобою, що вони потрапили у ситуацію булінгу, обов'язково говори з ними про це — вони потребують твоєї підтримки. Порадь звернутися по допомогу до дорослих, яким ви довіряєте.

Якщо ти поводишся як той, хто булить?

Що робити якщо ти несподівано для себе зрозумів, що поводишся як той, хто булить:

1. Зрозумій, булінг – це твої дії, а не твоя особистість. Ти можеш ними керувати та змінювати на краще.
2. Дорослі дійсно переймаються тим, що відбувається. Навіть, якщо здається, що це не так.
3. Булінг завдає фізичного та емоційного болю іншому. Подумай, ти дійсно цього прагнеш?
4. Деякі речі можуть здаватися смішними та невинними, проте вони можуть завдати шкоди іншій людині.

Викресли булінг зі свого життя!

Поради педагогам щодо протидії булінгу (цькуванню)

Швидка та доречна реакція педагогів на ситуацію булінгу повертає учням відчуття безпеки та захищеності, демонструє, що насилля не прийнятне.

Саме тому, як тільки ви побачили або дізналися про булінг:

1. Негайно втручайтесь та зупиняйте насилля — булінг не можна ігнорувати.
2. Зберігайте спокій та будьте делікатними, не примушуйте учнів публічно говорити на важкі для них теми. Краще вести розмову наодинці, або в малих групах.
3. Уникайте слів жертва чи агресор — це призводить до стигматизації.
4. Не намагайтеся ставати на чийсь бік або викликати відчуття провини до того, хто потерпає від булінгу. Так ви закріплюєте поведінку жертви.
5. Пояснюйте, які саме дії є насиллям і чому їх необхідно припинити.

6. Не вимагайте публічних вибачень. Це може загострити ситуацію.
7. Допоможіть учням зрозуміти, що таке булінг і як протистояти йому безпечно.
8. Спілкуйтеся з учнями. Прислухайтесь до них. Знайте їхніх друзів, запитуйте про навчання, розумійте їхні проблеми.
9. Заохочуйте учнів робити те, що вони люблять. Інтереси і хобі можуть підвищити довіру, допомогти учням здружитися і попередити схильність до булінгу.
10. Показуйте приклад ставлення до інших із добротою та повагою.

Відповідальність за булінг

Тепер учасники освітнього процесу нести адміністративну відповідальність за діяння, які полягають у психологічному, фізичному, економічному, сексуальному насильстві у тому числі із застосуванням засобів електронних комунікацій, що вчиняються стосовно малолітньої чи неповнолітньої особи або такою особою стосовно інших учасників освітнього процесу, внаслідок чого могла бути чи була заподіяна шкода психічному або фізичному здоров'ю потерпілого.

Кривдників від 16 років чекатиме адміністративна відповідальність у вигляді штрафу або громадських робіт. А от у випадках, коли булінг вчинив учень, який не досяг 16 років, відповідальність будуть нести його батьки або інші законні представники.

Відповідальність у вигляді штрафу або громадських робіт у випадку вчинення булінгу чекатиме і інших учасників освітнього процесу. Відповідно до ст. 52 ЗУ «Про освіту» категорії учасників освітнього процесу:

- здобувачі освіти;
- педагогічні, науково-педагогічні та наукові працівники;
- батьки здобувачів освіти;
- фізичні особи, які провадять освітню діяльність;
- інші особи, передбачені спеціальними законами та залучені до освітнього процесу у порядку, що встановлюється закладом освіти.

Також до адміністративної відповідальності може бути притягнуто керівника закладу освіти за неповідомлення підрозділам органів Національної поліції про випадки булінгу (цькування) учасника освітнього процесу.





pravo.minjust.gov.ua

Номери телефонів гарячої лінії щодо протидії булінгу (цькуванню)

Національна дитяча "гаряча" лінія
☎ 116 111
☎ 0 800 500 225

Гаряча телефонна лінія щодо булінгу
☎ 116 000

Гаряча лінія з питань запобігання насильству
☎ 116 123
☎ 0 800 500 335

Уповноважений Верховної Ради з прав людини
☎ 0 800 50 17 20

Уповноважений Президента України з прав людини
☎ 044 255 76 75

Центр надання безоплатної правової допомоги
☎ 0 800 213 103

Національна поліція України
☎ 102

STOP BULLYING

