

Булінг

Булінг у школі: чому діти цькують дітей і що з цим робити

Навіть, якщо ваша дитина добре спілкується з однолітками у садочку — це зовсім не означає, що вона не стане жертвою булінгу в школі. За статистикою, 80% українських дітей піддаються цькуванню, навіть не усвідомлюючи цього.

Віддаючи дитину до школи, з'ясуйте, на скільки вона толерантна до дітей, які не спілкуються з іншими. В усіх соціальних системах завжди є лідер, середня група і так званий «вигнанець». Завдання школи і батьків — сформувати толерантне ставлення до дітей-«вигнанців».

У початковій школі діти ще не займаються жорстким булінгом, але вже можуть бути нетолерантними до інших. Щойно вчитель починає вибудовувати систему конкуренції та пріоритетів — діти починають один одного травити. А справжній булінг почнеться у середній школі — з 10-11 років — вік входження у підліткову кризу.

Обов'язок шкільного психолога — виявити лідера, схильного ініціювати цькування інших проводити, вести з ним дружні бесіди, виробляючи толерантність.

Ознаки того, що дитину цькують у школі:

Відмова іти до школи з різних причин — «не хочу, не цікаво, не бачу сенсу...»

Відсутність контакту з однолітками: немає друзів, зідзвонювань, не ведеться переписка у соцмережах, похід до школи і повернення звідти наодинці, немає у кого запитати домашнє завдання.

Психосоматичні ознаки: часті хвороби, наприклад, ломота в тілі, болі в животі, вірусні інфекції.

Обмальовані руки або специфічні малюнки на полях у зошиті.

Бажання іти до школи іншою дорогою, аніж та, якою йдуть усі інші діти.

Причини булінгу

Як правило, це **ЗАНИЖЕНА САМООЦІНКА**. Навіть якщо дитина виявляє це через нарцисизм, надмірну відкритість, зверхність.

АТМОСФЕРА ВДОМА. Дуже часто жертвами булінгу стають діти, з якими вдома поведуться як з жертвою. Школа і садок — каталізатор домашніх проблем. Тож, якщо дитина звикла маніпулювати своїм становищем жертви, щоб отримати більше уваги до себе, поблажливості батьків, якщо звикла, що до неї краще ставляться, коли вона бідна й нещасна, то вона відтворюватиме навколо себе таку ж атмосферу і в школі.

Часто такими дітей роблять бабусі, підживлюючи ідею безпорадності дитини. Як результат — дитина не може себе відстояти за наявності сильного лідера.

ЗАРЯДЖЕНА ЧАСТИНА В КЛАСІ. Це дитина агресор, якій чхати на почуття інших, яка шукає слабшого, використовує його як грушу для биття, вирівнюючи свій психологічний стан.

Відрізнити таку дитину-жертву агресора від «вигнанця» можна за однією ознакою. «Вигнанець» буде таким у всіх колективах. А от дитина-жертва агресора може бути в інших колективах навіть лідером (де його психологічна структура вважатиметься сильною).

Що робити батькам

ПОЯСНИТИ ДИТИНІ, що таке булінг. За [дослідженнями UNICEF](#) в Україні 80% дітей рано чи пізно стають жертвами шкільного цькування. Більшість на ранніх етапах не розуміють, що це таке, і що треба розповідати вчителям про образи. Тому варто пояснювати дітям, що інші мають право робити з ними і на що не мають права.

Це починається з дитячого садка, коли, наприклад, на скаргу про примушування їсти батьки відповідають: ну, ти ж нічого не їси, а цілий день у садку. Таким чином даючи іншій людині право на фізичне насилля над своєю дитиною. І коли уже в школі інші діти крадуть її зошити, змушують носити свій портфель, зганяють з місця — їй це видається невинними жартами, про які вона не розповідає.

СТРАТЕГІЯ ЗАХИСТУ. Не бігти одразу до школи. Спершу дізнатися, у дитини, що вона думає про цю ситуацію і підтримати. Якщо вона не зможе впоратися, тоді йти до школи.

Або ж, коли застосовується фізична сила — в такому разі, як би соромно не було дитині, що б вона не казала (агресори зазвичай присоромлюють дітей, яких захищають батьки) треба йти до школи.

Порадити **ПРОВОДИТИ БІЛЬШЕ ЧАСУ ЗІ СТАРШИМИ.** За можливістю не відходити надовго від учителя, щоб не допускати насилля.

НЕ ВКЛАДАТИ СВОЇ ІДЕЇ В ГОЛОВУ ДИТИНИ. Коли щось радите — запитуйте, чи зможе дитина так учинити. Якщо відповідь буде — мені незручно, соромно, я так не зможу — шукайте інші варіанти. Головне не присоромлювати — «чому ти не можеш дати відпір?!!»

Не можна злитися на дитину за те, що вона не здатна на дорослі вчинки. Стежте за собою, завдання батьків — допомогти.

З юридичної точки зору ви **НЕ МОЖЕТЕ ПРИЙТИ І ПОГОВОРИТИ БЕЗПОСЕРЕДНЬО З ДИТИНОЮ, ЯКА ОБРАЖАЄ** вашу. Це можна ініціювати лише через школу або психолога. Інакше можна отримати судовий позов за залякування чужої дитини.

ПІДТРИМУВАТИ ДИВАКУВАТУ РИСУ в характері або зовнішності дитини, якщо саме через це з неї насміхаються. Перетворіть її на сильний бік дитини. Якщо йдеться про особливості зовнішності — зробіть фотосесію, щоб підкреслити. Якщо ж про замкнутість — знайти діяльність, де саме ці якості будуть найнеобхіднішими.

Якщо булінг триває кілька місяців, — **БЕЗ ДИТЯЧОГО ПСИХОЛОГА НЕ ОБІЙТИСЯ.**

Наслідки

Наслідки булінгу можуть бути різні. Найчастіше — це замкнутість, психологам доводиться працювати з антисоціальними підлітками, які абсолютно не вміють спілкуватися з навколишнім світом. Доводиться пояснювати, що світ не такий страшний, яким був до цього. Це може тривати від 2 до 3 років. У таких дітей руйнується віра у соціум, вони насторожені, тривожні. Але найбільший страх — це підліткові суїцидальні думки.

Перш за все, батьки мають підтримати дитину. Часто вони думають, що це само собою минеться, розсмокчеться, але це не так. **НЕ МОЖНА РОБИТИ ВИГЛЯД, ЩО ЦЬОГО НЕ ВІДБУВАЄТЬСЯ.**

Не рекомендовано проводити пряму розмову батьків з батьками, адже це може погіршити ситуацію, якщо рівень їхньої психологічної грамотності звичайний або середній.

Розкажіть про це учителю, адже з досвіду — якщо вчитель має довіру з боку учнів, то він може дуже допомогти і навіть вирішити проблему. Якщо ж ні — ситуацію має вирішити психолог — шкільні психологи мають професійну освіту і досвід вирішення таких питань. Не думайте, що ваші діти та проблеми унікальні, шкільні психологи мають значний досвід роботи з дітьми, і знають, як зарадити в тій чи іншій ситуації

Кожна ситуація індивідуальна. Десь допоможе профілактична бесіда психолога, десь — розмова з директором.

ОЛЕНА РАТІНСЬКА

дитячий психолог, гештальт-терапевт, голова відділення дитячої психології Київського Гештальт Університету

Булінг

Нині серед учнівської молоді надзвичайно загострилася проблема насильства, здійснюваного самими дітьми одне до одного.

Останніми роками визнано поширення в освітній практиці такого явища, як шкільний булінг. Це соціальна проблема всього світу протягом останніх ста років, однак вона ще й досі не вивчена. Перші публікації в Україні з'явилися 2005 р.

Булінг (bullying, від англ. bully — хуліган, забіяка, задирака, грубіян, насильник) визначається як утиск, дискримінація, цькування. Цей термін означає тривалий процес свідомого жорстокого ставлення (фізичного і психічного) з боку дитини або групи до іншої дитини або інших дітей.

Мотивацією до булінгу стають заздрість, помста, відчуття неприязні, прагнення відновити справедливість; боротьба за владу; потреба підпорядкування лідерів, нейтралізації суперника, самоствердження тощо аж до задоволення садистських потреб окремих осіб.

Як показує практика, форми шкільного булінгу можуть бути різними:

- систематичні кепкування з будь-якого приводу (від національності до зовнішнього вигляду дитини);

- задирство;
- фізичні і психічні приниження;
- різного виду знущання;
- бойкот та ігнорування;
- псування особистих речей та ін.

Хулігани (булі) надзвичайно винахідливі. Новітній їхній "винахід" — кібербулінг, тобто знущання з використанням електронних засобів комунікації.

Дослідники пропонують таку найзагальнішу класифікацію всіх видів булінгу:

- 1-ша група — прояви, пов'язані переважно з активними формами приниження;
- 2-га група — прояви, пов'язані зі свідомою ізоляцією, обструкцією скривджених.

Соціальна структура булінгу, як правило, має три елементи, а саме:

- переслідувач (булі);
- жертва;
- спостерігач.

У сучасній науці існує декілька підходів до вивчення булінгу. Одні дослідники зосереджують увагу на пошуку й визначенні особистісних рис, характерних для особи булі та його жертви. Інші намагаються розглядати булінг як соціально-психологічний процес.

Ось як визначає типові риси учнів, схильних ставати булі, норвезький психолог Д. Ольвеус:

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

Типові жертви булінгу також мають свої характерні риси:

- вони полохливі, вразливі, замкнуті й соромливі;
- вони часто тривожні, невпевнені в собі, нещасні мають низьку самоповагу;
- вони схильні до депресії й частіше за своїх ровесників думають про самогубство;
- вони часто не мають жодного близького друга та успішніше спілкуються з дорослими, ніж із однолітками;
- якщо це хлопчики, вони можуть бути фізичнослабшими за своїх ровесників.

Ці риси є водночас і причиною, і наслідком булінгу. У той самий час, на думку окремих дослідників, відтворити типовий портрет агресора та жертви неможливо.

Деякі психологи фіксують увагу не стільки на індивідуальних властивостях дитини, скільки на її місці в групі. Ті діти, які активно не включені в групові процеси, тримаються особно, менш товариські, як правило, є аутсайдерами і їх (інколи більш обдарованих і талановитих) не люблять у групі. У таких випадках знаходиться хтось, хто бере на себе роль виконавця групової волі. У результаті виникає булінг.

Говорячи про спостерігачів (ким би вони не були), учені відзначають такі їх типові характерні риси, як відчуття провини і відчуття власного безсилля.

Практично в усіх країнах булінг більш поширений серед хлопчиків, ніж серед дівчаток, і його жертвами також частіше стають хлопчики. Це не просто пустощі або грубість, а особлива форма взаємин.

Кажучи про форми прояву булінгу, найбільш типові для хлопчиків і дівчаток, слід зазначити, що якщо хлопчики частіше вдаються до фізичного булінгу (стусани, поштовхи тощо), то дівчатка більш охоче користуються такими формами тиску, як поширення пліток, виключення з кола спілкування. А втім, ця різниця відносна і схоже, що вона зменшується.

Шкільний булінг — явище системне й комплексне. Тому, окрім лікарів, психіатрів, психологів (які займаються зазвичай уже з тими, хто піддався цькуванню та знущанням з боку своїх однолітків і однокласників), до вивчення й профілактики цього явища повинні, безперечно, долучатись учителі, соціальні педагоги, шкільні психологи.

Закон про «булінг» підписав Президент України Петро Порошенко.

В новому документі з'явилося визначення поняття «булінгу».

Булінг – це діяння учасників освітнього процесу, які полягають у психологічному, фізичному, економічному, сексуальному насильстві, зокрема з 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.

Начальник управління ювенальної превенції Департаменту превентивної діяльності Нацполіції Лариса Зуб повідомила, що поліція активно долучалася до розробки нового законопроекту.

«Це закон, який чітко визначає, що відповідальність за шкільну жорстокість несуть дорослі. В навчальних закладах також не зможуть приховувати факти насильства», - зазначила Лариса Зуб.

Відтепер за булінг каратимуть штрафом у розмірі від 50 до 100 неоподатковуваних мінімумів доходів громадян або громадськими роботами на строк від двадцяти до сорока годин.

Водночас, якщо цькування вчинене групою осіб або повторно протягом року після накладення адміністративного стягнення, то штраф становитиме від 100 до 200 неоподатковуваних мінімумів доходів громадян або громадські роботи на строк від сорока до шістдесяти годин.

Покарання не уникнуть і особи віком 14-16 років, що вчинили булінг. На їхніх батьків чи опікунів буде накладено штраф від 50 до 100 неоподатковуваних мінімумів доходів громадян чи громадські роботи на строк від двадцяти до сорока годин.

У разі, якщо керівник освітнього закладу (школи, гімназії тощо) не повідомить в поліцію про факти булінгу – це так само каратиметься штрафом або виправними роботами з відрахуванням до 20% заробітку.

Документ набирає чинності з дня, наступного за днем його опублікування.

АНТИБУЛІНГ

ПЛАН

- 1.Тренінг «Проблема насилля та жорстокості стосується кожного»**
- 2.Знайомство з Ніком Вуйчичем та його діяльністю**
- 3.Перегляд відеоролику «Як Нік Вуйчич боровся з булінгом у своєму житті»**
- 4.Написання есе на тему: «моє ставлення до булінгу в школі»**



Ніколас Вуйчич народився 04 грудня 1982 року в австралійському м. Мельбурн в сім'ї сербських емігрантів. Мати – медсестра, батько - пастор.

Це був їхній довгоочікуваний первісток. Батько був присутній при пологах. Він побачив плече немовляти - що таке? Немає руки... Борис Вуйчич зрозумів, що треба зараз же вийти з кімнати, щоб дружина не встигла помітити, як він міняється на обличчі. Він не міг повірити в те, що побачив.

Коли до нього вийшов лікар, він почав говорити:

«Мій син! У нього немає руки!?»

Лікар відповів: «Ні ... У вашого сина немає ні рук, ні ніг».

Малюк народився без рук і без ніг, і лише на місці лівої ноги у нього була якась подоба стопи з двома пальцями.

В той день плакало все пологове відділення - медсестри, акушери і навіть бувалі лікарі. Та Нік був абсолютно здоровим, тобто при всіх його страшних вроджених вадах, решта його організму працювала справно.

Після кількох місяців сум'яття, моря сліз і спустошеності, батьки Ніка змирилися і почали просто жити. Пізніше його мати розповідала, що вони не наважувались в той час заглядати в майбутнє надовго - вони просто-напросто ставили собі невеликі завдання і вирішували проблеми одну за одною, малими кроками. Отак складно, боляче і дуже незвично почалося життя маленького австралійця на ім'я Нік.



Будучи малим, він зовсім не замислювався наскільки і чим саме він відрізняється від своїх однолітків. Розуміння прийшло пізніше, коли Нік Вуйчич почав підростати.

По неділях він ходив на заняття в церковну школу. Там вчили, що Господь усіх любить. Нік не розумів - чому тоді Бог не дав йому те, що є у всіх. Коли дорослі підходили і говорили, що в нього буде все добре, то він їм не вірив. Ніхто не міг йому пояснити, чому він такий, і ніхто не міг йому допомогти, навіть Бог.

І от у вісім років Ніколас вирішив втопитися у ванні. Він попросив маму віднести його туди. «Я повертався обличчям у воду, але втриматися було дуже складно. Нічого не виходило. За цей час я уявив картину свого похорону - ось стоять мої тато і мама ... І я зрозумів, що не можу себе вбити. Все, що я бачив від батьків - це їхню любов до мене». Більше він не намагався покінчити з собою, але все думав - навіщо ж йому жити. Адже він не зможе працювати, не зможе взяти за руку свою наречену, не зможе взяти свою дитину на руки, коли та заплаче.



Мама казала йому: «Нік, ти Богові потрібний. Я не знаю, як. Я не знаю, коли. Але ти зможеш

Йому послужити».

Нік навчився ходити, плавати, кататися на скейті, грати на комп'ютері і писати. Батьки домоглися, щоб сина взяли в звичайну школу. Нік став першою дитиною-інвалідом у звичайній австралійській школі.

Але однолітки відмовлялися з ним грати, відганяли його від себе.

Щовечора Нік молився Богу і просив його: «Боже, якщо ти дійсно є і любиш мене, тоді чому Ти створив мене без рук і без ніг? Яке життя я можу прожити? Боже, сотвори чудо, дай мені руки і ноги!» Він плакав і сподівався, що, коли прокинеться вранці, руки і ноги вже з'являться. Та чудо не ставалось. Мама з татом купили йому електронні руки. Але вони були занадто важкими і Нік продовжував користуватись лише тією подобою лівої ноги, що дісталася йому при народженні.



У п'ятнадцять років Нік відкрив Євангеліє і прочитав притчу про сліпого від народження. «Учні запитали: Учителю, хто згрішив: чи він сам, чи батьки його, що сліпим він родився?. Ісус відповів: Не згрішив ані він, ні батьки його, а щоб діла Божі з'явилися на ньому». Нік признався, що саме в цей момент він перестав сердитись на Бога.

«Тоді я усвідомив, що я - не просто людина без рук і ніг. Я - творіння Бога. А Бог знає, що і для чого Він робить. А не відповідає на мої молитви тому, що хоче змінити моє серце більше, ніж змінити обставини мого життя.

Багато часу Нік проводив у роздумах про Бога. У своїй вірі він навчився черпати сили. Він визнав, що якщо Бог створив його таким, значить саме таким він Богу й потрібен. Головне знайти, зрозуміти своє призначення в житті.



Відповідь прийшла в дев'ятнадцять років, коли він був уже студентом Університету Гріффіта (Griffith University), в якому вивчав фінансове планування. Одного разу, отримавши пропозицію виступити перед студентами, Нік просто розповів їм те, що знав сам. До кінця його короткої промови, в залі багато людей плакали. Одна з дівчат навіть вискочила на сцену, щоб обійняти Ніка. В той вечір, повернувшись додому, він оголосив батькам, що раз і назавжди зрозумів, чим він може і хоче займатися в житті. Нік Вуйчич хотів говорити з людьми, хотів стати оратором, проповідником.

Він твердо вирішив не залишатися в чотирьох стінах і не стояти на місці - перед ним був відкритий цілий світ, повний людей з їх стражданнями і бідами. І Нік відчував, що кожному з цих людей йому є що сказати.



З того часу і почалися його мандри, під час яких Вуйчич об'їздив більше двох десятків країн, вимовляючи по 250 промов на рік. А кількість пропозицій виступати перевищували можливості Ніка.

«Я не завжди встаю вранці з посмішкою на обличчі. Буває, спина болить, - каже Нік, - Але, тому що в мені є велика сила, я продовжую робити маленькі кроки вперед, кроки немовляти. Сміливість - це не відсутність страху, це вміння діяти, покладаючись на допомогу Бога, а не на свої сили.»

«Я не міг знайти нічого іншого, що дало б мені зрозуміти про те, хто я, навіщо я живу, і куди піду, коли помру. Без віри нічого не має сенсу.»

«У цьому житті дуже багато болю, тому повинна бути абсолютна Істина, абсолютна надія, яка вище всіх обставин. Моя надія - на небесах. Якщо зв'язуєш своє щастя з тимчасовими речами, то й щастя буде тимчасовим.»



«Мені потрібні мої випробування, щоб розумів, наскільки я залежу від Бога. Іншим людям потрібно моє свідчення, щоб розуміли, що "сила Божа в немочі звершується".

«У житті трапляється, що ви падаєте, і, здається, піднятися немає сил. Ви замислюєтеся тоді, чи є у вас надія ... У мене немає ні рук, ні ніг! Здається, спробуй я хоч сто разів піднятися - не вийде. Але після чергової поразки я не залишаю надії. Я буду пробувати ще раз і ще раз. Я хочу, щоб ви знали, невдача - це не кінець. Головне – яким буде фініш. Ви збираєтеся фінішувати сильними? Тоді ви знайдете в собі сили піднятися - ось таким чином». Нік падає на живіт, а потім спирається чолом, допомагає собі плечима і встає. Жінки в залі починають плакати. А він починає дякувати Богу.



Нік не може потиснути нікому руку - він обіймає людей. І навіть встановив світовий рекорд. Хлопець без рук обійняв 1749 осіб за годину. Він написав книгу про своє життя, набираючи на комп'ютері 43 слова на хвилину.



У перервах між робочими поїздками він рибалить, грає в гольф, займається серфінгом, плаває і навіть пірнає з трампліна у воду. Нік багато подорожує по світу, надихаючи мільйони людей. Зараз він живе в США.



12 лютого 2012 року Нік Вуйчич одружився на Канає Міхаяра. А 14 лютого 2013 року у Ніка Вуйчича і його дружини Канає народився син Кіеші Джеймс Вуйчич.

Кіеші Джеймс Вуйчич - вага 8 фунтів 10 унцій (3 кг 600 г), зріст $21\frac{3}{4}$ дюймів (53 см). «Десять пальців на руках і десять пальців на ногах!», - радіїв батько. Щасливі батьки отримали сотні тисяч привітань від людей зі всього світу.

Ніколас Вуйчич на власному прикладі переконливо доводить, що для того, щоб жити повним життям, досягати успіху в кар'єрі та особистому житті, не обов'язково бути схожим на інших.