

## ЩОБ НЕ ДОПУСТИТИ БІДИ В ІНТЕРЕСАХ ДИТИНИ

Проблема насильства нині є дуже актуальною. На жаль, такою вона буде ще деякий час. Тому формування нетерпимого ставлення до проявів будь-якого насильства — вимога нашого сьогодення, якщо ми хочемо жити в мирному середовищі.

*Мій улюблений світ —  
Без насильства,  
Без жорстокості, болі і зла,  
Де народом заспівана пісня  
Містить тільки хороші слова.  
Мій улюблений світ — без насильства,  
Де немає страждання й війни,  
Де розквітла калина барвиста,  
Й голосінь не почувш сумних.  
Мій улюблений світ — це не казка,  
А реальне щасливе життя,  
Бо звільнивши наш світ від насильства,  
Можна сміло іти в майбуття.  
І коли на теренах країни  
Без страждань заживе кожне місто,  
Скажуть люди всієї країни:  
Україна — це світ без насильства.*

*Ірина Супрун*

**Булінг буває таких видів і може набувати таких форм:**

- **вербальний** (образливе ім'я, з яким постійно звертаються до жертви, обзивання, поширення образливих чуток тощо);
- **образливі жести або дії;**
- **заякування;**
- **ізоляція** (жертву навмисно ізолюють, виганяють або її ігнорує частина учнів чи весь клас);
- **вимагання** (грошей, їжі, інших речей, примушування що-небудь украсти);
- **пошкодження та інші дії з майном** (крадіжка, грабіж);
- **шкільний кібербулінг** — приниження за допомогою мобільних телефонів, Інтернету, інших електронних пристроїв (пересилання неоднозначних зображень і фотографій, поширення чуток тощо).

### ПАМ'ЯТКА ВЧИТЕЛЯМ

**Булінг** визначають як тривале фізичне чи психічне насильство з боку індивіда або групи щодо індивіда, який не здатний захистити себе в конкретній ситуації. **Булінг включає чотири головні компоненти:**

- це агресивна й негативна поведінка;
- здійснюється регулярно;
- відбувається у взаєминах, учасники яких мають неоднакову владу;
- ця поведінка є навмисною.

**Шкільний булінг можна розділити на дві основні форми:**

**Фізичний шкільний булінг:**

- умисні поштовхи, удари, стусани, побої, нанесення інших тілесних ушкоджень, примушування до негативних дій («доведи, що не боїшся вчителя», «ти не гірше за інших — куриш, уживаєш наркотики», «дорослий, займаєшся сексом» тощо), бойкот, ігнорування; биття («темна»);
- відбирання в слабших дорогих речей, грошей, їжі;
- погрози, приниження;

- примушування до «служіння» сильному: нести портфель, бути на підхваті, чергувати тощо;
- згвалтування, цькування, дії сексуального характеру.

**Психологічний шкільний булінг** — насильство, пов'язане з тиском на психіку, що завдає психологічної травми через словесні образи або погрози, переслідування, залякування, якими навмисно формують емоційну невпевненість.

**Найчастіше жертвами шкільного насилля стають учні, які мають:**

- **фізичні недоліки або вади:** ті, що носять окуляри, мають знижений слух або рухові порушення;
- **особливості поведінки** — замкнуті або імпульсивні;
- **особливості зовнішності:** руде волосся, веснянки, капловухість, криві ноги, особлива форма голови, вага (повнота або худорлявість) тощо;
- **страх перед школою;**
- **відсутність досвіду життя в колективі** (так звані «домашні» діти);
- **хвороби** — епілепсія, заїкання, порушення мовлення, дисграфія (порушення письмової мови), дислексія (порушення читання), дискалькулія (порушення здатності до рахування) тощо;
- **низький рівень інтелекту й труднощі в навчанні.**

**Діти, що стали жертвами булінгу, проявляють такі особливості поведінки:**

- вдають із себе хворих, щоб уникнути відвідування школи;
- бояться самостійно йти до школи та зі школи, просять проводити їх на уроки, спізнюються;
- поведінка й звички змінюються;
- очевидні симптоми страху, що полягають у порушеннях сну й апетиту, нічному крику, відлюдкуватості та потайливості;
- рваний верхній одяг або пошкоджені речі;
- регулярні прохання дати грошей, злочинство;
- зниження якості навчання, втрата інтересу до улюблених занять;
- постійні синці та інші травми;
- мовчазливість, небажання розмовляти;
- як прояв крайнього ступеня: суїцид.

**Як наслідок, формуються переважно негативні якості особистості:** агресія, жорстокість, ненависть до світу, безцільність буття, жадоба неусвідомленої помсти або ж, у протилежному випадку, дитина починає шукати психологічного захисту, опіки, безпеки в інших людей. Перенесене в дитинстві насилля залишає відбиток у свідомості людини на все життя. За кожною з перелічених причин стоять людські долі, проблеми та негаразди.

**Наслідки булінгу:**

**А) неадекватне сприйняття власної індивідуальності** — занижена самооцінка, комплекс неповноцінності, беззахисність;

**Б) неадекватне сприйняття реальності** — формування дезадаптаційних захисних психологічних механізмів;

**В) тривога, стрес, фобії, депресії, неврози, страх;**

**Г) відхилення в поведінці** — адиктивна, антисоціальна (крайньою формою якої є кримінальна), суїцидальна;

**Д) формування залежностей** - алкогольна, тютюнова, наркотична, психологічна тощо;

**Ж) порушення в комунікативній сфері** (крайнім випадком є розлади мовлення) — страх спілкування з людьми, крайня недовіра до людей, відсторонення від спілкування з колективом (у школі це прогули).