

Як запобігти булінгу: поради педагогам

БУЛІНГ (від англ. bully-хуліган, задирака, грубіян) – тривалий процес свідомого жорстокого ставлення, агресивної поведінки з метою заподіяння шкоди, викликання страху, тривоги, створення негативного середовища для людини.

Булінг негативно впливає на всіх учасників – жертв, агресора, спостерігачів.

Булінг змінює шкільні стосунки і норми поведінки, а на місці жертви булінгу може опинитися будь-яка дитина.

Типові ознаки булінгу:

- Систематичність (повторюваність) діяння — вчинення різних формах насильства (фізичного, економічного, психологічного, сексуального, в т.ч. за допомогою засобів електронної комунікації) двічі та більше разів стосовно однієї й тієї самої особи;
- наявність сторін — кривдник (булер), потерпілий (жертва булінгу), спостерігачі (за наявності);
- умисні дії або бездіяльність кривдника, наслідком яких є заподіяння психічної та/або фізичної шкоди, приниження, страху, тривоги, підпорядкування потерпілого інтересам кривдника та/або спричинення соціальної ізоляції потерпілого;
- дисбаланс (нерівність) сил — різниця у фізичному розвитку кривдника та потерпілого, рівні соціально-психологічної адаптованості, комунікаційних навичок, соціальному статусі, стані здоров'я (наявність інвалідності чи особливих освітніх потреб), ментальному розвитку тощо;
- відсутність розкаяння в кривдника.

При перших ознаках булінгу слід вдаватися до запобіжних заходів. Швидка реакція батьків і педагогів поверне дітям відчуття безпеки та захищеності, демонструє неприйнятність насилля.

Рекомендації для педагогів:

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

- Не вимагайте публічних вибачень. Це може загострити ситуацію.
- Допоможіть здобувачам освіти зрозуміти, що таке булінг і як протистояти йому безпечно.
- Важливо усвідомити, чому саме дитина потрапила у ситуацію булінгу. Рекомендуємо з цим звернутися до практичного психолога.