

Звичні явища тепер все частіше називають іноземними термінами. І звичайне цькування сьогодні нерідко називають «булінг» (*bullying*, від англ. *bully* — хуліган, задирака). Незалежно від назви мова йде про утиск, пригноблення, дискримінацію, фізичні чи психологічні тортури, агресивне переслідування, свідоме жорстоке ставлення

Причини цькування

Булінг розповсюджений в усьому світі й притаманний закритим колективам в школах, дитячих будинках, інтернатах, тюрмах, армії... Це ганебне соціальне явище є відлунням суворих законів тваринного світу: в зграях завжди забивали, знищували, в кращому випадку просто виганяли чужаків, не схожих на інших, фізично слабших, з вадами розвитку. Це було пов'язано з боротьбою за виживання. Вчасне знищення сумнівних особин гарантувало безпеку всій зграї: слабкі тварини хворіли, розносили інфекцію, псували генофонд. Йшла природна (вкрай жорстока по суті) селекція — виживали лише життєздатні, стандартні, сильні члени «звірячого колективу». Але ми — люди і не маємо права давати волю своїм звірячим інстинктам. Ми маємо гарантувати право на життя, безпеку і психологічний комфорт нашим дітям — якими б вони не були. Особливої актуальності ця тема набуває в контексті розвитку в Україні інклюзивної освіти (від англ. *inclusive education*), що передбачає навчання дітей з інвалідністю в загальноосвітніх навчальних закладах. Небезпека цькування виростає в рази, коли поряд із дітьми з'являється хтось на них геть не схожий...

За результатами досліджень, проведених UNISEF у 2017 р., встановлено, що в Україні 67% дітей віком від 11 до 17 років стикалися з проблемою булінгу (цькування) протягом 3 міс, на які припало дослідження. При цьому 24% дітей стали жертвами булінгу, серед яких 48% нікому не розповідали про ці випадки. Це вражаючі цифри, за якими стоять покалічені дитячі долі

Шкільний булінг вкрай небезпечний, адже припадає на час дорослішання, самоідентифікації, формування особистості, засвоєння моральних норм, вироблення стереотипів у стосунках з протилежною статтю, позиціювання себе у колективі. Головними дійовими особами в шкільному булінгу є соціально незрілі особистості, чия поведінка «підігрівається» гормональними бурями й відповідно психічною нестабільністю як агресорів, так і жертв. Додатковими небезпеками є тривалість стресової ситуації, її подовженість у часі, а також неготовність дитини ділитися з дорослими своїми проблемами, боротися за право покинути проблемний колектив.

У чому проявляється шкільний булінг

Агресія може бути індивідуальна чи групова. А об'єктом цькування може бути як окрема особа, так і група школярів. Зазвичай розрізняють фізичне та психологічне (емоційне) цькування.

Фізичний булінг — це не лише побиття, але й більш «легкі» засоби впливу: ляпаси, стусани, підніжки, щипання, щиглі, штовхання, смикання за волосся, знущальні погладжування чи інші небажані дотики.

Психологічне чи емоційне насилля найчастіше проявляється вербально — у висловлюваннях, що містять глузування, іронію, сарказм... Це можуть бути підколи, обзивання, дражнилки, нецензурна лексика, образливі прізвиська, ярлики, погрози, плітки, наклепи, неправдиві смішні історії, провокування принизливих ситуацій, систематичне викрадення чи псування речей. Але засобом впливу може бути й повна відсутність будь-яких контактів: бойкот, уникання, обструкція, ізоляція, виключення зі спілкування.

Ознаки того, що дитина піддається цькуванню

Діти часто мовчать про свої проблеми: вони можуть в усьому звинувачувати себе, страждати від почуття провини, боятися занадто бурхливої реакції батьків або й погіршення ситуації через їхнє втручання. Остерігаються звинувачень у тому, що вони «ябеди, донощики, стукачі». Тому треба добре знати ознаки, які можуть свідчити про шкільне цькування:

- Синці, садна, подряпини, подраний одяг (має насторожити їхнє регулярне виникнення незалежно від достовірності пояснення дитиною кожного окремого випадку).

- Зіпсовані, поламані чи загублені речі (шкільне приладдя, підручники, гаджети, прикраси, предмети одягу).
- Прохання про додаткові кишенькові гроші, що можуть призначатися вимагачам та шантажистам.
- Часті хвороби, скарги на погане самопочуття, головний біль чи біль у шлунку, проблеми зі сном (безсоння, нічні кошмари).
- Погіршення успішності, втрата інтересу до занять, прогуляні уроки. Відмова ходити до школи під різними приводами.
- Поганий настрій після повернення зі школи, постійна пригніченість, вразливість, тривожність, плаксивість чи, навпаки — дратівливість, агресивність.
- Самотність, відсутність шкільних друзів та приятелів.
- Дивна дорога до школи — довга, незручна чи взагалі манівцями.
- Проблеми з харчуванням: хворобливий апетит чи його відсутність.
- Хворобливі переживання з приводу своєї зовнішності чи інших чинників, які роблять дитину «не такою».
- Втечі з дому, самоушкодження, суїцидальні прояви.

Шкільне цькування може в подальшому:

- Негативно вплинути на самооцінку, спровокувати розвиток комплексів, самовідчуття себе як невдахи, людини третього сорту.
- Спровокувати нервові та психічні розлади, фобії, депресії, нервові хвороби, тики.
- Порушити стосунки жертви з рідними та близькими, а також у будь-якому колективі.
- Закріпити негативні сценарії в стосунках із представниками протилежної статі, стати на заваді побудови здорової сім'ї, навіть призвести до самотності на все життя.
- Сформувати схильність до насилля в дорослому житті. Саме із жертв цькування нерідко виростають сімейні тирани та маніяки.

Приводом до цькування можуть бути:

- Інвалідність, фізичні недоліки, зовнішні вади, слабкість, хворобливість (слабозорість, шрами, кульгавість, косоокість, заїкання, енурез, надмірна маса тіла, руде волосся, веснянки тощо).
- Вади мовлення та інтелекту, будь-які розумові відмінності від загалу — затримка психічного розвитку або, навпаки, «занадто високі» здібності. Відповідно погана або занадто хороша успішність.

- Інакші раса, національність, релігія, колір шкіри, зовнішність, що не притаманні певному регіону.
- Низький рівень достатку сім'ї й відповідно бідніший одяг, відсутність гаджетів тощо.
- Соціальна та емоційна незрілість, недотриманням норм, писаних та неписаних правил.
- І будь-що, що відрізняє дитину від інших.

Провокувати проти себе насилля можуть:

- Діти із соціально неблагополучних, багатодітних, неповних сімей або родин із нетиповою манерою поведінки та способом життя.
- Надмірно опікувані батьками «домашні» діти, що не мають досвіду поводження в колективі, не вміють спілкуватися, вибудовувати стосунки з однолітками.
- Емоційно нестійкі, психічно нестабільні, полохливі, тривожні, замкнуті, тихі, сором'язливі, не впевнені в собі діти.
- Занадто вразливі діти, що неадекватно реагують на жарти, інколи та нестандартні ситуації.

- Улюбленці вчителів та діти, яким легше спілкуватися з дорослими.
- Неохайні, погано вдягнені дітлахи, що не дотримуються гігієни, з брудним волоссям, неприємним запахом тощо.
- Новенькі в класі або такі, що були довго відсутні (умовно новенькі).
- І будь-хто через інтриги та підступність однолітків. Мотивом можуть послужити заздрощі, ревності, підозри, помста... У цьому випадку в хід йдуть інтриги, наклеп, плітки, штучне роздмухування незначного епізоду.

На жаль, вчителі також бувають включені в процеси булінгу (в найгіршому випадку можуть самі виступати в ролі ініціаторів чи навіть агресорів). Педагоги — це звичайні люди, зі своєю ментальністю, особистісними якостями та вадами. Їх так само можуть чіпляти всі вищезазначені фактори. Вчителі можуть підсвідомо відчувати роздратування щодо «несхожої» дитини, розділяти думку, що жертва «сама винна», «не так себе поводить», «погано вихована». Їх часом дратують занадто яскраво виражена внутрішня незалежність дитини, нестандартне мислення, високі розумові здібності, звичка ставити складні питання. Так само, як і неслухняність та «незручність» у навчанні через затинання, гіперактивність, хворобливу сором'язливість, розумове відставання... Вчитель може потурати цькуванню через те, що не помічає

чи не хоче помічати проблеми, має недостатній досвід чи низький рівень кваліфікації, недооцінює небезпеку булінгу, помилково вважає, що краще не втручатися: діти, мовляв, «самі розберуться».

Якщо ж учитель має високий моральний авторитет, користується повагою дітей та батьків, буває цілком достатньо лише його чітко озвученої позиції, щоб припинити знущання.

Читайте також: Школа: труднощі адаптації

Хто може бути агресором

Ініціаторів цькування тепер нерідко називають «булерами». Але вони також жертви негативних процесів у колективі. Ніхто не народжується насильником. Лише за несприятливих соціальних умов можливе перетворення дитини на агресора. Такі діти також потребують психологічної допомоги. Але насамперед потрібно зрозуміти, хто може бути агресором:

- Популярні діти, «королі» та «королеви», які звикли формувати та контролювати загальну думку.
- Асоціальні діти, які прагнуть привернути до себе увагу, об'єднати навколо себе інших.
- Діти з нещасливих сімей.

- Жертви домашнього насилля, які «відігруються» на однолітках за приниження, якого вони зазнають (чи зазнавали раніше) в сім'ї.
- Діти з нарцисичними рисами характеру, які прагнуть влади та самоствердження за рахунок інших.
- Діти із садистичними потребами.

Як зупинити булінг

<https://www.youtube.com/watch?v=pNCvFAOAQco>

Як захистити дитину від булінгу

<https://www.youtube.com/watch?v=hzVCHBSVBFA>