

ЩО ТАКЕ БУЛІНГ?

Булінг (bullying, від англ. bully – хуліган, забіяка) – це агресивна і вкрай неприємна свідомо поведінка однієї дитини або групи дітей стосовно іншої дитини, що супроводжується регулярним фізичним і психологічним тиском.

Види булінгу:

- **фізичний:** штовхання, підніжки, зачіпання, бійки, стусани, ляпаси, «сканування» тіла, нанесення тілесних ушкоджень;
 - **економічний:** крадіжки, пошкодження чи знищення одягу та інших особистих речей, вимагання грошей;
 - **психологічний:** принизливі погляди, жести, образливі рухи тіла, міміка обличчя, поширення образливих чуток, ізоляція, ігнорування, погрози, жарти, маніпуляції, шантаж;
 - **сексуальний:** принизливі погляди, жести, образливі рухи тіла, прізвиська та образи сексуального характеру, зйомки у переодягальнях, поширення образливих чуток, сексуальні погрози, жарти;
 - **кібербулінг:** приниження за допомогою мобільних телефонів, інтернету, інших електронних пристроїв.
- 67%** дітей стикалися з булінгом в школах в тих чи інших проявах*

*За даними дослідженням UNICEF Ukraine
www.stopbullying.com.ua/adults/statistics

ЯКЩО ВАША ДИТИНА СТАЛА ЖЕРТВОЮ БУЛІНГУ

- Зберігайте спокій, будьте терплячими, не потрібно тиснути на дитину;
- Поговоріть з дитиною, дайте їй зрозуміти, що ви не звинувачуєте її в ситуації, що склалася, готові її вислухати і допомогти;
- Запитайте, яка саме допомога може знадобитися дитині, запропонуйте свій варіант вирішення ситуації;
- Поясніть дитині, до кого вона може звернутися за допомогою у разі цькування (психолог, вчителі, керівництво школи, старші учні, батьки інших дітей, охорона);
- Повідомте керівництво навчального закладу про ситуацію, що склалася, і вимагайте належного її урегулювання;
- Підтримайте дитину в налагодженні стосунків з однолітками та підготуйте її до того, що вирішення проблеми булінгу може зайняти деякий час.

У разі, якщо вирішити ситуацію з булінгом на рівні школи не вдається – повідомте поліцію! Захистіть свою дитину від цькування!

ЯКЩО ВИ СТАЛИ СВІДКОМ БУЛІНГУ

- Втрутитися і припинити цькування – булінг не слід ігнорувати;
- Зайняти нейтральну позицію в суперечці – обидві сторони конфлікту потребують допомоги, запропонувати дітям самостійно вирішити конфлікт;
- Пояснити, які саме дії Ви вважаєте булінгом і чому їх варто припинити;
- Уникати в спілкуванні слів «жертва» та «агресор», аби запобігти тавруванню і розподілу ролей;
- Повідомити керівництво навчального закладу про ситуацію, що склалася і вимагати вжити заходів щодо припинення цькування.

Пам'ятайте, що ситуації з фізичним насильством потребують негайного втручання!

