



Булінг – агресивна поведінка дітей шкільного віку, яка призводить до цькування іншої дитини з метою приниження, залякування та демонстрації сили.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОЗНАКИ БУЛІНГУ:

- 😞 У дитини мало або взагалі немає друзів.
- 😞 Боїться ходити до школи/брати участь у заходах з однолітками.
- 😞 Ходить до школи довгим «нелогічним» шляхом.
- 😞 Втрачає інтерес до навчання/починає погано вчитися.
- 😞 Приходить додому сумна, зі сльозами.
- 😞 Постійно відмовляється йти до школи, посиляючись на погане самопочуття.
- 😞 Погано спить.
- 😞 Втрачає апетит, стає тривожною, має низьку самооцінку.
- 😞 Просить додаткові гроші на кишенькові витрати (щоб відкупитися від агресора).

ФІЗИЧНІ ОЗНАКИ БУЛІНГУ:



Що таке булінг?

Булінг – це цькування однієї дитини іншою, агресивне переслідування, яке часто поширене серед підлітків. 80%

українських дітей піддаються цькуванню, навіть не усвідомлюючи цього.

Види булінгу

- фізичний
- психологічний
- економічний
- сексуальний



Кібербулінг – це жорстокі дії з метою дошкулити, нашкодити, принизити дитину, в яких використовуються інформаційно-комунікаційні засоби: мобільні телефони, електронна пошта, соціальні мережі тощо



Соціальна структура булінгу має три елементи:

- переслідувач;
- жертва
- спостерігач.



В ситуації булінгу завжди беруть участь три сторони: той, хто переслідує, той, кого переслідують та ті, хто спостерігають.



Слід пам'ятати, що сьогодні ти - спостерігач, а завтра - жертва.

Форми 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.

ПОКАРАННЯ ЗА ЦЬКУВАННЯ

Доведений випадок булінгу тягне штраф від 850 грн. до 1700 грн. або громадські роботи від 20 до 40 годин – якщо цькували вперше.

І від 1700 грн. до 3400 грн. або громадські роботи від 40 до 60 годин, якщо дії вчинили повторно або знущалась група осіб.

Якщо ці дії вчиняли малолітні або неповнолітні від 14 до 16 років, штраф заплатять батьки або особи, які їх замінюють.

ОЗНАКИ ТОГО, ЩО ДИТИНА ПОТЕРПАЄ ВІД БУЛІНГУ

- Дитина має **ВІДМІННУ РИСУ**, незвичайна зовнішність (заїкається, інвалідність, особливості конституції, зовнішні ознаки).
- Ви помітили **СИНЦІ** на тілі дитини, походження яких вона не може пояснити.
- У дитини мало чи зовсім **НЕМАЄ ДРУЗІВ**, має складнощі спілкування.
- Часто **Є ОСТАННЬОЮ**, кого запросили в гру або в команду.
- Дитина почала часто приходити до дому **В БРУДНОМУ РОЗІРВАНОМУ ОДЯЗІ**.
- Ви помітили, що у дитини зіпсовані підручники, зошити (розірвані, забруднені, ін.).
- Ви помічаєте, що у дитини частіше за звичайне **ЛАМАЮТЬСЯ ІГРАШКИ**, особисті речі.
- Ваша дитина **ПОЧАЛА ГІРШЕ ВЧИТИСЯ**, не хоче ходити до школи, симулює хвороби.
- Ви помітили, що за відсутністю об'єктивних причин дитина **ПОЧАЛА ХОДИТИ ДО ШКОЛИ ІНШИМ ШЛЯХОМ**.
- У дитини прояви **САМОРУЙНУВНОЇ ПОВЕДІНКИ** (травмування).



ОЗНАКИ ТОГО, ЩО ДИТИНА БУЛИТ

- Ваша дитина **ІМПУЛЬСИВНА, ДРАТІВЛИВА**, домінування емоцій.
- Дитина **ПОТЕРПАЛА ВІД НАСИЛЬСТВА** або була свідком насильства по відношенню до будь-кого з членів родини.
- Вашій дитині **ПОДОБАЄТЬСЯ САМОТВЕРДЖУВАТИСЯ** і керувати (маніпулює іншими дітьми в іграх).
- Дитині **НЕ ПОДОБАЄТЬСЯ ПІДКОРЮВАТИСЯ ПРАВИЛАМ**, віддає перевагу насильству для вирішення проблем.
- Дитина занадто **РОЗБІРЛИВА У СПІЛКУВАННІ**.
- Ви помічаєте, що ваша дитина **ОТРИМУЄ ЗАДОВОЛЕННЯ ВІД ВИСМІЮВАННЯ** або **БІЙОК** з іншими дітьми.
- Дитина **ПОВОДИТЬСЯ АГРЕСИВНО** і зухвало.
- Дитина **ЗАНАДТО КАТЕГОРИЧНА**, розділяє світ на чорне і біле.
- Дитина легко переходить на **НЕГАТИВНІ СУДЖЕННЯ** або дії по відношенню до інших.
- Ви помічаєте, що у дитини **НЕСТАБІЛЬНІ СТОСУНКИ** із друзями.

■ Якщо ви помітили принаймні **ПОЛОВИНУ З ЦИХ ОЗНАК**, то скоріше за все, дитина **ПОТЕРПАЄ ВІД БУЛІНГУ** або **БУЛИТЬ**

Що БАТЬКАМ треба ЗНАТИ і РОБИТИ

Якщо ваша дитина — ЖЕРТВА:

- Не панікуйте, не лайте дитину і не дорікайте: «Я ж тобі казав...».
- Не треба тут же забороняти дитині спілкування з друзями або онлайн-доступ. Спочатку розберіться у ситуації.
- Подаруйте дитині свій час та підтримку. Слухайте і визнавайте її почуття.
- Додайтеся до друзів своєї дитини у соцмережах. Стежте за оновленнями, які публікує дитина.

Якщо ваша дитина — ЗЛОВМИСНИК:

- Час з'ясувати, чому він так діє? Може, прагне вашої уваги?
- Вчіть дитину емпатії та поваги до інших людей.
- Будьте жорсткими у тому, що ця поведінка — неприйнятна, і дитина буде покарана, якщо не припинить її.

Що ДИТИНІ треба ЗНАТИ і РОБИТИ

Поради батькам

Як розпізнати, що дитина страждає від булінгу у школі?

- 1 Дитина завжди виглядає сумною, депресивною, постійно має поганий настрій
- 2 Шкільні оцінки дитини почали знижуватись
- 3 Школа та шкільне життя не приносять дитині задоволення, як раніше
- 4 Дитина часто пропускає школу, просить «залишитися вдома»
- 5 Дитина шукає та обирає альтернативні маршрути до школи, навіть якщо вони не є зручними
- 6 Дитина повертається додому з незрозумілими гулями, синьцями, порізами
- 7 Дитина проводить багато часу наодинці (як вдома, так і в школі)
- 8 У дитини занижена самооцінка, погане самопочуття, головний біль, нудота
- 9 У дитини виникли проблеми зі сном, засинанням, часто сняться кошмари