

Зупинемо поширення булінгу серед студентів!

Нині серед учнівської молоді надзвичайно загострилася проблема насильства, здійснюваного самими дітьми одне до одного. Останнім часом серед молоді спостерігається безліч негативних явищ в міжособистісних відносинах (конфліктність, агресивність, жорстокість), які починають проявлятися ще в школі. Це соціальна проблема всього світу протягом останніх ста років, однак вона ще й досі не вивчена.

Булінг (bullying, від англ. bully — хуліган, забіяка, задирака, грубіян, насильник) визначається як утиск, дискримінація, цькування. Цей термін означає тривалий процес свідомого жорстокого ставлення (фізичного і психічного) з боку дитини або групи до іншої дитини або інших дітей.

Як показує практика, 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 тощо.

Існують наступні типи булінгу та його форми:

- **Фізичний** – завдання ударів, штовхання, пошкодження або крадіжка власності;
- **Психологічний**– виключення інших із групи чи розповсюдження пліток або чуток;
- **Усна (словесна)**– обзивання, глузування або висловлювання, якими ображається стать, раса, національність;
- **Письмова**– написання записок або знаків, що є болючими чи образливими;
- **Електронна (загальновідома як кібербулінг)** – розповсюдження чуток та образливих коментарів з використанням електронної пошти, мобільних телефонів (наприклад, надсилання СМС) і сайтів соціальних мереж.

Соціальна структура булінгу, як правило, має три елементи, а саме:

- переслідувач (булі);
- жертва;
- спостерігач.

У сучасній психології існує декілька підходів до вивчення булінгу. Одні дослідники зосереджують увагу на пошуку й визначенні особистісних рис, характерних для особи булера та його жертви. Інші намагаються розглядати булінг як соціально-психологічний процес.

Ось як визначає типові риси студентів, схильних ставати булерами:

- вони відчують сильну потребу панувати й підпорядковувати собі інших студентів, переслідуючи власні цілі; вони імпульсивні й легко шаленіють;

- вони часто зухвалі та агресивні в ставленні до дорослих (передусім батьків і викладачів);

- вони не виявляють співчуття до своїх жертв.

Типові жертви булінгу також мають свої характерні риси:

- вони полохливі, вразливі, замкнуті й сором'язливі;

- вони часто тривожні, невпевнені в собі, нещасні й мають низьку самоповагу;

- вони схильні до депресії й частіше за своїх ровесників думають про самогубство;

- вони часто не мають жодного близького друга та успішніше спілкуються з дорослими, ніж із однолітками.

Ці риси є водночас і причиною, і наслідком булінгу. У той самий час, на думку окремих дослідників, відтворити типовий портрет агресора та жертви неможливо. Булінг — явище системне й комплексне. Тому, окрім лікарів, психіатрів, психологів (які займаються зазвичай уже з тими, хто піддався цькуванню та знущанням з боку своїх однолітків), до вивчення й профілактики цього явища повинні, безперечно, долучатись викладачі, соціальні педагоги, психологи.

Що можна зробити, щоб зупинити явища булінгу в студентському середовищі:

- Виховувати здорові стосунки у групі;

- Не залишайтеся байдужими;

- Сприймати людину такою якою вона є;

- Дайте зрозуміти студентам, що соціальний стан не є приводом для цькування;

- Поясніть студентам, що заздрість - негативна риса людини;

- Дайте зрозуміти студентам, що сильніший - не означає розумніший, що фізичні вади - це не вина людини;

- На особистому прикладі показуйте, що ви не підтримуєте явища булінгу;

- Поважайте думки та погляди інших;

- Виявляйте доброзичливість, милосердність, повагу до інших, підтримуйте одне одного та поважайте право кожного бути самим собою, виявляйте готовність до примирення, визнавайте свої помилки;

- Покажіть студенту перевагу, що увагу викладачів та одногрупників можна привернути до себе гарними вчинками.

ДЕ МОЖНА ОТРИМАТИ ДОПОМОГУ?

Якщо Ви постраждали від булінгу – зверніться до куратора групи, а в разі його/її неспроможності владнати ситуацію – до декана або проректора ВНЗ.

Якщо викладачі не розв'язали проблему – звертайтеся із заявою до поліції.

Якщо Вам необхідна правова допомога(юридична консультація, складання заяви, інших документів) – зверніться до Єдиного контакт-центру безоплатної правової допомоги за номером **0 800 213 103** (цілодобово і безкоштовно в межах України).

ВАЖЛИВО: Ви маєте право безоплатно отримати послуги адвоката (складання заяв, представництво в суді).».