**Що таке булінг**?

***Булінг***, згідно визначення CDC (Centers for Disease Control and Prevention),– це будь-яка агресивна поведінка однієї людини чи групи людей, які не є родичами жертви, що повторюється неодноразово або має очевидні передумови для повторення.Психотерапевт І.Бердишев визначає булінг як свідоме, тривале насильство, що не носить характеру самозахисту і виходить від однієї або декількох осіб; на думку соціолога І.М. Кона, булінг– це залякування, фізичний або психологічний терор, спрямований на те, щоб викликати в іншого страх і тим самим підпорядкувати його собі [6]. Т.Фалд, автор Інтернет ресурсу BullyOnLine (www.bullyonline.org) вважає булінгом регулярну негативну поведінку одного працівника по відношенню до іншого або до цілої групи його колег, включає різні прискіпування через дрібниці, часто зовсім необґрунтовані, негативну оцінку роботи або відмова від будь-якої оцінки, прагнення ізолювати працівника або групи працівників від інших, розпускання бру дних чуток і пліток. На наш погляд, всі ці визначення у повному обсязі виражають сутність булінгу, а висвітлюють лише деякі його аспекти.

Ми прийшли до висновку, що ***булінгом***можна вважати умисне, що не спрямоване на самозахист і не санкціоноване нормативно-правовими актами держави, тривале ( або таке, що повторюється) фізичне або психологічне насильство з боку індивіда або групи, які мають певні переваги (фізичні, психологічні, адміністративні тощо) до індивіда, і що відбувається переважно в організованих колективах з певною особистою метою (наприклад, бажання заслужити авторитет у деяких осіб).Булінг (bullying, від анг. Bully– хуліган, забіяка, задира, грубіян) визна-чається як утиск, дискримінація, цькування. Девід Лейн і Ендрю Міллер визначають булінг як тривалий процес свідомого фізичного і /або психологічного жорстокого ставлення, з боку одної особи або окремої групи до інших.

**Причини булінгу**

Явища цькування і кібер-булінгу мають системну природу. А це значить, що причина явища не в індивідуальних особливостях учасників, а виникає як сума інколи непомітних внесків багатьох людей.  
Шкільна політика, толерантне або нейтральне ставлення адміністрації школи, вчителів до прояву агресивних, насильницьких, ворожих дій з боку учнів та поведінка самих вчителів формує загальнуатмосферу не тільки учнівського класу, але й усієїшколи, визначає внутрішнє життя,тобто соціально-психологічний клімат. Булінгу шкільному середовищі розвивається в ситуації ворожості, конфліктності, страху.

*Булінг може виникати як компенсація за невдачі*:  
- у навчанні,  
- суспільному житті  
- від тиску та жорстокого поводження батьків чи інших дорослих  
- при недостатній увазі з боку дорослих  
- як крайній засіб, коли учень вичерпав всі інші можливості для задоволення своїх потреб  
- у випадках, коли учні протестують проти певних правил, виражаючи невдоволення, прагнучи зруйнувати дещо в своєму оточенні.Жертвою в ситуації булінгу може стати учень, який відрізняється від інших за будь-яким критерієм на думку членів колективу. Булінгу шкільному середовищі може виникати і тоді, коли відбувається боротьба між учнями за вищий статус у груповій ієрархії, задоволення своїх соціальних потреб та як інструмент маніпулювання та контролю учнем свогомікросоціуму

**Види булінгу: фізичний, вербальний, прихований, кібербулінг.**

**Фізичний булінг** проявляється у вигляді таких дій, як удари, підніжки, щипки, а також псування майна. Цей вид шкільного насильства більш характерний для хлопчиків, які частіше схильні до прояву фізичної агресії. До фізичного відносять і сексуальний булінг (дії сексуального характеру).

**Вербальний (психологічний):** образи, погрози, непристойні епітети соціального, расистського, релігійного характеру або інші принизливі висловлювання щодо жертви.

**Прихований** булінг не завжди легко розпізнати. Це поширення пліток, брехня або звинувачення, спрямовані на те, щоб зруйнувати або похитнути соціальні зв’язки людини. Цей вид булінгу більш характерний для дівчат. Вважається, що вони оцінюють соціальні взаємини як пріоритетні, тому їх агресія більше спрямована на соціальне ізолювання жертви.

До **кібербулінгу** відносяться зображення, аудіо- чи відеозаписи, розміщені у різних інформаційних мережах Інтернет і спрямовані на приниження жертви. До кібербулінгу можна віднести імітування чужих профілів у соціальних мережах, що псує репутацію жертви та шкодить її соціальному статусу. Новий різновид шкільного кібербулінгу–жертва отримує образи на телефон, електронну адресу або через інші електронні пристрої.

*Незважаючи на різноманітність форм булінгу, всі вони мають загальні характерні риси:*  
– упередженість і агресивність дій, спрямованих проти жертви;  
– дисбаланс статусів кривдника і жертви, який може проявлятися у різному соціальному становищі, фізичних, фізіологічних, фінансових можливостях, культурній, релігійній або расовій належності;  
– розуміння ймовірності повторення таких ситуацій;– гостра емоційна реакція жертви на прояви булінгу.

**Система соціально-педагогічної діяльності щодо запобігання булінгу**

*Загальний рівень:*  
- обізнаність і залученість дорослих  
*Рівень школи:*  
- загальношкільне опитування  
- загальношкільна конференція  
- ефективна супервізія через певний час  
- застосування дискусійних груп з працівників школи  
- формування координаційних груп представників  
*На рівні класу:*  
- впровадження правил класу проти булінгу  
- тематичні зустрічі учнів класу  
- тематичні зустрічі учнів і батьків  
На індивідуальному рівні:  
- консультативні бесіди з булерами та їх жертвами  
- серйозні бесіди з батьками дітей-булерів та їх жертв  
- розробка індивідуальних планів втручання

**Арт-терапевтичні методи запобігання булінгу.**

1. Для профілактики булінгу можна використовувати літературні твори, де висвітлюються проблеми цькування або споріднені з ними. У процесі обговорення прочитаного серед студентів виникає співпереживання і розуміння почуттів героїв. Для кожної вікової групи школярів можна підібрати книжки, під час обговорення яких, вони зможуть ідентифікувати себе з героями, котрі відчувають страждання. В літературі на цю тему, часто є персонажі, які, незважаючи на небезпеку, що загрожує їм, відновлюють порядок і справедливість. Такий персонаж стає поруч з тим, кому погано, і разом вони протистоять несправедливості.   
  
2. Також можна організовувати колективний перегляд фільмів з подальшим їх обговоренням. Це може бути фільм «Опудало» та колективне обговорення побаченого, перегляд різних соціальних роликів.  
  
Для підлітків можна запропонувати таку форму роботи як твір на задану тему.Учні отримують завдання написати невеликий твір про булінг. Рекомендується додатково пояснити, які питання можуть бути в ньому відображені. Завдання можна виконати у школі чи як домашнє, щоб учні (за бажанням) могли обговорити проблеми насильства.Нерідко у творах з’ясовується важлива для вчителя інформація, про яку учень не може говорити прямо. Крім того, твір може відобразити рольові вибори та ідентифікацію автора. Під час перевірки такої роботи необхідно розуміти, що головне – це інформація, а не форма її подання. Не виключено, що серед авторів є жертва булінгу, переслідувач або популярний учень. Це дає вчителю додаткові можливості для подальшого обговорення. Можна вибрати два-три твори, в яких йдеться про важливі речі, і за згодою авторів зачитати їх класу. Учень може і сам прочитати свій твір. Озвучування своєї точки зору ще більше зобов’язує дітей дотримуватися своєї позиції. Крім того, це може вплинути на інших дітей. Найкращий результат досягається, коли вголос зачитуються твори декількох учнів. Тоді вони виступають разом і відстоюють спільну позицію: їх об’єднують схожі погляди. А вчитель отримує можливість висловити свою думку за допомогою коментарів до творчих робіт.Інший вид такої творчої роботи – підготовка малюнків чи плакатів на тему «Стоп, насилля!», або «Я проти булінгу». За результатами можна провести творчу роботу «Інтерпретація зображеного» або самими авторами, або іншими однокласниками.