**Булінг серед дітей: чим це може обернутися**



Україна займає 9 місце серед 42 досліджуваних країн за відсотком жертв булінгу серед підлітків. Торік у нашій країні 67% дітей стали жертвою чи свідком цькування. 40% постраждалих взагалі ні з ким не ділилися проблемою.

"Булінг - це цькування дітей однолітками в дитячих колективах. Це агресивна і свідома поведінка однієї дитини стосовної іншої. Від випадкової бійки буллінг відрізняється систематичністю й регулярністю", - розказує [Gazeta.ua](https://gazeta.ua/). психолог **Наталія Носаль.**

Фахівець розповіла про причини появи булінгу, його види і наслідки.

**Жертва булінгу - це хто?**

Жертвами булінгу найчастіше стають діти, які чимось вирізняються серед інших. До прикладу, скромно одягнуті, відмінники в навчанні, не мають дорогих ґаджетів або є представниками іншої раси. Раніше таких дітей називали "білі ворони". Загалом, жертви - це діти, які не можуть опиратися та протистояти агресії. Вони бояться. Деякі діти не захищаються, бо мають установку від батьків - "битися - погано". Замкнені в собі, одинокі, недовірливі, повільні діти часто приваблюють агресора своїм типом характеру.

**Які діти стають булерами (ті, хто цькують)?**

Прийнято вважати, що це діти з неблагополучних родин. Це не так. Булерами стають представники заможних та інтелігентних родин. Там дітям вистачає уваги й любові дорослих. Іноді батьки для них не авторитет. Тому через цькування, залякування утверджуються за рахунок інших. Дівчата, які цькують, зазвичай мають соціальний авторитет серед подруг. Хлопці - переконані у власній силі, усі питання вирішують кулаками і залякуванням.

***Розрізняють фізичний, психологічний, економічний і сексуальний булінг***

**Які причини виникнення булінгу серед дітей?**

Часто розвитку булінгу сприяє виховання у сім'ї: конфлікти між батьками, неповага одне до одного, обмеження прав дитини, залякування. Насильство над дитиною в родині може спровокувати в неї бажання домінувати над іншими поза власним домом. Прагнення принизити або покалічити інших виростає з почуття власної неповноцінності. Тобто, вдома дитина не може протистояти батькам, які її б'ють чи сваряться. Натомість у школі, серед однолітків, їй це під силу. Дитина відчуває, що має владу над іншими. Серед причин булінгу також статеве дозрівання. Під час гормональної перебудови в крові підвищується тестостерон і адреналін. Це призводить до збільшення агресії, виникає схильність до садизму.

**Чому цькування проявляється в дитячих колективах? Зокрема, у школі?**

Часто вчителі дають початок цькуванню, бо не вміють справлятися з проявами агресії в колективі дітей. Іноді не звертають увагу на травлю між учнями, не контролюють поведінку дітей на перервах. Іноді самі принижують школяра, роблять зауваження й висміють перед усім класом. Сприяти булінгу може наявність у класі визнаного "лідера" чи авторитета чи виникнення конфлікту між двома учнями.

**Якщо дитину цькують або ображають у школі, то роблять це часто перед іншими учнями. Жертви мовчать, бо бояться, соромляться. Чому інші діти - свідки - не говорять?**

Глядачами стають діти, які бояться опинитися на місці жертви чи не хочуть зіпсувати стосунки з булером. У таких дітей з'являється захисна реакція - "мене це не стосується" або "добре, що не я". Свідки не реагують, але перебувають під враженнями від побаченого. Вони відчувають страх, перебуваючи в школі, відчувають себе безпорадними. Іноді діти мають відчуття провини через власну бездіяльність. Глядачі змушені вибирати між силою та слабкістю. Зазвичай їм не дуже хочеться асоціюватися зі слабкими.

***Булінг впливає на психіку всіх учасників. Він може стати першим кроком до соціальної ізоляції***

**Які існують види булінгу?**

Розрізняють фізичний, психологічний, економічний і сексуальний булінг. Перший проявляється у вигляді ударів, побиття, щипання. Психологічний - найпоширеніший. Діти насміхаються над жертвою, вигадують образливі клички, поширюють різні чутки, іноді перестають спілкуватися з нею. Економічний булінг - коли в дитини крадуть гроші, ґаджети чи речі. Сексуальне насильство проявляться, коли дитину використовують задля задоволення сексуальних потреб. Сере цього і оголення перед дитиною статевих органів і сідниць, підглядання за нею, коли вона цього не підозрює.

**ЧИТАЙТЕ ТАКОЖ: [Ти – не такий](https://gazeta.ua/blog/50122/ti-ne-takij" \t "_blank)**

**За якими ознаками можна запідозрити у дитини жертву буллінгу?**

Загаломполовина дітей, жертв цькування, не розповідають про це. Вони відчувають свою беззахисність і пригніченість перед кривдником. Дуже жорстокий буллінг може підштовхнути жертву на зведення рахунків з життям. Такі діти мають пригнічений вигляд, поводять себе замкнуто, у них проявляєть агресія до дорослих і однолітків. У них може погіршитися здоров'я. Часті психосоматичні прояви у вигляді респіраторних захворювань.

**Які наслідки цькування як для жертв, так і для булерів?**

Булінг впливає на психіку всіх учасників. Він може стати першим кроком до соціальної ізоляції. У жертв виникає занижена самооцінка, замкнутість, небажання спілкуватися з іншими, з'являються різні фобії. Можлива поява депресії та суїцидальні нахили. Серед жертв буллінг високий відсоток самогубств. У шкільних "агресорів" буллінг у дорослому віці може виникати почуття провини. Серед булерів чимало тих, хто пов'язує своє життя із криміналом. Насильницькі й авторитарні методи поведінки стають нормою. Буллер проявляє це у ставленні до дітей, дружини. Звідси з'являється так зване домашнє насильство.

*Міністерство юстиції розпочало інформаційну кампанію #СтопБулінг. Вона розрахована на дітей і батьків. В її рамках розробили інформаційні матеріали, з яких можна дізнатися, які види булінгу існують і як діяти в ситуації, якщо ви стали свідком булінгу.*