****

**МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДЛЯ КУРАТОРІВ БДМУ**

**ЩО ТАКЕ БУЛІНГ?**

Булінг (від анг. to bull – переслідувати) – небажана агресивна поведінка дітей шкільного віку, яка призводить до цькування дитини іншою дитиною або групою дітей з метою приниження, залякування та демонстрації сили.

**КОГО БУЛЯТЬ?**

У групі ризику може опинитися будь-яка дитина, яка відчуває, що занадто вирізняється із загального кола своїх однолітків. Підґрунтям для глузувань може стати руде волосся, ластовиння, занадто високий або занадто низький зріст, вага, особлива форма голови, носа, очей, рота, національність, фізичні обмеження. Успіхи у навчанні, матеріальні можливості родини або навіть особливості характеру теж можуть стати основою для булінгу. Крім того, жертвою булінгу може стати також той, кому складно спілкуватися з однолітками, хто поводиться відлюдкувато чи, навпаки, провокативно.

**ДЕ БУЛЯТЬ?**

Як правило булінг відбувається у навчальному просторі та в соціальних мережах.

**ЧИМ НЕ Є БУЛІНГ?**

**Булінг – не жарт.** Коли жартують, смішно всім, а жертва булінгу – страждає, їй боляче, образливо, страшно, сумно. Частіше за все підлітки**, що цькують однолітків, вважають, що це смішно** і в цьому немає великої проблеми чи трагедії, а також, що дорослі не будуть звертати на це увагу.

**Булінг – не конфлікт, не сварка, не бійка.** Конфлікти, сварки – нормальна частина соціальної взаємодії, хоча й може набувати неприйнятних форм, наприклад – із застосуванням фізичної сили. Проте перелічені явища є ситуативними, натомість **булінг – це процес, який триває в часі**. Крім того, це **публічний вчинок, у ньому завжди бере участь група – хоча б у ролі спостерігачів**, яких прагне залякати або привернути до себе булер.

**КОЛИ ТРЕБА ЗАПІДОЗРИТИ, ЩО МАЄ МІСЦЕ БУЛІНГ?**

1. Образливі та принизливі відео і текстові матеріали в соціальних мережах (кібербулінг).
2. Порвані, забруднені підручники та зошити.
3. Брудний та розірваний одяг.
4. Одяг, забруднений крейдою.
5. Жувальна гумка у волоссі.
6. Поламані особисті речі, наприклад, окуляри.
7. Сміття в рюкзаку, кишенях, на (в) парті.
8. Ознаки фізичних знущань.
9. Ознаки психологічного тиску (сльози, наляканий вигляд, напруженість та тривожність).

*Буває, що зовнішніх проявів булінгу немає або вони неоднозначні. В таких випадках треба звертати увагу на вторинні, опосередковані ознаки того, що відбувається цькування. Наявність таких ознак мала б викликати настороженість з боку педагога, підвищену увагу до ситуації.*

**КОЛИ МОЖНА ЗАПІДОЗРИТИ, ЩО МАЄ МІСЦЕ БУЛІНГ?**

1. У підлітка мало або взагалі немає друзів, з якими він/вона проводить час.
2. Під час занять та на перервах він/вона не приєднується до одногрупників, тримається осторонь, сидить один/одна.
3. Отримавши завдання для виконання в парах або міні-групах, одногрупники не обирають у партнери його/її.
4. Підліток без очевидної причини пропускає заняття та позаурочні заходи.
5. Підліток втрачає інтерес до навчання або раптом починає погано вчитися.
6. Підліток поводиться пасивно на заняттях, особливо болісно реагуючи на необхідність виходити до дошки, відповідати усно перед одногрупниками.
7. Підліток часто просить про звільнення від занять з неочевидних причин фізичного характеру (скаржиться на погане самопочуття, слабкість, нудоту, незрозумілий біль).

**ЧОГО НЕ ПОВИНЕН РОБИТИ КУРАТОР,**

**ВИЯВИВШИ (ЧИ ЗАПІДОЗРИВШИ) БУЛІНГ:**

* **Стояти осторонь, ігнорувати проблему.** Чекати і сподіватися, що проблема вирішиться сама собою – марно. Нічого не вирішиться, стане тільки гірше. Якщо ви бачите, що підлітка ображають інші підлітки (а батьки цих підлітків і поготів!), обов’язково втручайтеся. Це саме той випадок, коли краще зробити хоч щось, ніж нічого не робити.
* **Не цікавитися життям своїх підопічних.** Так, головну роль у вихованні відіграють батьки, але студенти не просто проводять багато часу в навчальному закладі, а часто ще й знаходяться далеко від домівки. Необхідно з самого початку вибудовувати довірливі стосунки у групі, студенти мають знати, що можуть вам довіряти, що ви не промовчите та захистите їх.
* **Забувати про правила навчального закладу та законодавство.** Поведінка учасників навчального процесу, їхні права та обов’язки регламентуються….
* **Налаштовувати підлітка на терплячість та ігнорування.** «Не звертай уваги» – погана тактика. Відсутність реакції з боку жертви булінгу не зупиніть булера. Навпаки, агресор побачить, що реакції немає, а отже можна і далі робити, що заманеться.
* **Замовчувати справу.** Звісно, нікому не хочеться, щоби його група чи навчальний заклад «прославилися» через булінг. Але, приховавши такі факти, ви ризикуєте ще більше – якщо ситуація погіршиться, про неї все одно рано чи пізно дізнаються, тільки наслідки будуть набагато неприємнішими. Отже: **говоріть із булерами, викликайте їхніх батьків, повідомте адміністрації, зверніться до психолога (МПЦ БДМУ), а якщо потрібно – і до вищих інстанцій та правоохоронних органів.**
* **Вживати слова-«ярлики»: «жертва», «агресор»,** оскільки це призводить до стигматизації.
* **Вимагати публічних вибачень,** оскільки це може загострити ситуацію.
* **Вважати, що одна виховна бесіда вирішить проблему.** Ні, одна бесіда з булером та жертвою нічого не вирішує. Булінг – невипадкове явище, він пов’язаний з якостями особистості кривдника, який прагне встановити свою владу над іншими. Така людина робить все доволі виважено та холоднокровно, а отже і заходи щодо неї мають бути іншими. Саме тому такі випадки вимагають системних рішень на рівні адміністрації.
* **Вважати себе поганим педагогом.** Коли у групі трапляються випадки булінгу, дехто з педагогів починає звинувачувати у цьому себе: «Якщо в мене це сталося, то я погано виховую підлітків» або «Якщо я не помітив/ла, що відбувається у групі, то я не впоралась зі своїми обов’язками». Насправді булінг може трапитися у будь-якій групі та у будь-якого викладача. Ви в цьому не винні. І боротися з цим явищем сам на сам не повинні. Тільки системні та злагоджені дії допоможуть викорінити це явище.

**ЩО ПОВИНЕН РОБИТИ КУРАТОР,**

**ВИЯВИВШИ (ЧИ ЗАПІДОЗРИВШИ) БУЛІНГ:**

* Негайно втрутитись та зупинити насильство – булінг не можна ігнорувати.
* Повідомити адміністрацію про те, що відбувається.
* Спільно з адміністрацією повідомити батьків.
* Дати підліткам зрозуміти, що ви поруч і готові вислухати та допомогти.
* Зберігати спокій та поводитись делікатно, не примушуючи підлітків публічно говорити на важкі для них теми. Краще вести розмову наодинці, або в малих групах.
* Пояснювати, які саме дії є насильством і чому їх необхідно припинити.
* Допомагати підліткам зрозуміти, що таке булінг і як протистояти йому безпечно.
* Показувати приклад ставлення до інших із добротою та повагою.