

Куди звертатися у випадках домашнього насильства, згідно рекомендацій МОН (лист від 30.05.2022 № 1/5735-22):

- до Національної поліції за номером 102 та повідомити про факт насильства;
- на Урядовий контактний центр 15-47, де цілодобово надаються інформаційні, психологічні та юридичні консультації чоловікам та жінкам, які постраждали від домашнього насильства, насильства за ознакою статі, насильства стосовно дітей, або з питань загрози вчинення такого насильства та психологічної допомоги потерпілим від домашнього насильства жінкам, чоловікам, дітям;
- до безкоштовного номеру системи безоплатної правової допомоги 0 800-213-103;
- до національної «гарячої лінії» з питань запобігання домашнього насильства, торгівлею людьми та гендерної дискримінації 0-800-500-335 або 116-123 (короткий номер з мобільного). Щоб донести в доступний спосіб до учасників освітнього процесу інформацію про те, куди звертатися у випадках домашнього насильства.



ПРОТИДІЯ БУЛІНГУ



Булінг (цькування) – діяння (дії або бездіяльність) учасників освітнього процесу, які полягають у психологічному, фізичному, економічному, сексуальному насильстві, у тому числі із застосуванням засобів електронних комунікацій, що вчиняються стосовно малолітньої чи неповнолітньої особи та (або) такою особою стосовно інших учасників освітнього процесу, внаслідок чого могла бути чи була заподіяна шкода психічному або фізичному здоров'я потерпілого.

Типові ознаки булінгу (цькування):

- **систематичність** (повторюваність) діяння;
- **наявність сторін** – кривдник (булер), потерпілий (жертва булінгу), спостерігач (за наявні);
- **дії або бездіяльність кривдника** наслідком яких є заподіяння психічної та/або фізичної шкоди, приниження, страх, тривога, підпорядкування потерпілого інтересам кривдника, та/або спричинення соціальної ізоляції потерпілого.



Типові форми булінгу (цькування):

- систематичні кепкування з будь-якого приводу;
- задирство;
- фізичні і психічні приниження;
- різного виду знущання;
- бойкот та ігнорування;
- псування особистих речей та ін.



ГОЛОВНЕ В ЗАКОНІ ПРО ПРОТИДІЮ БУЛІНГУ

Вперше визначено термін:

Булінг – це моральне або фізичне насильство, агресія в будь-якій формі з метою викликати страх, тривогу і підпорядкувати людину своїм інтересам.

Відповідно
до закону №8584

Передбачено відповідальність за знуцання:



Моральне
або фізичне
насильство,
агресія



**Штраф
340 – 850 грн**

Дії з осо-
бливою
жорстокістю,
повторне
порушення



**Штраф
1700 –
3400 грн**

Прихо-
вування
вчителем
факту
цькування



**Штраф
850 –
1700 грн**

За вчинення правопо-
рушення неповнолітніми
віком до 16 років –
штраф сплачують
батьки

Булінг у дошкільному закладі

Булінг – свідомо агресивна поведінка однієї дитини або групи дітей стосовно іншої. Булінг може проявлятися як тиск:

- психологічний
- фізичний

Часто діти застосовують і фізичний, і психологічний тиск на жертву. Наприклад, образи, приниження, ігнорування, непоступливість, погрози побиття під час ігор.

Як міняється поведінка дитини:

Дитина – жертва булінгу поводиться не звично. Якщо раніше вона охоче відвідувала дитячий садок, то тепер такта дитина:

- не хоче одягатися вранці
- шукає собі будь-яку справу вдома, аби не йти до дитячого садка;
- просить батьків забрати її з дитячого садка раніше.
- плаче – вигадує хворобу
- не контактує з однолітками у дворі;
- грає наодинці
- в дитячому садку не бере участь у сюжетно-рольових та рухливих іграх
- усамітнюється при будь-якій нагоді
- грає поламаними іграшками
- не має друзів у групі.

Гаряча лінія з питань запобігання насильству: 116123; 0800500335

**План заходів
спрямованих на запобігання та протидію булінгу
в ЗДО (ЯС) «Малятко»
2023-2024 н.р.**

№ з/п	Заходи	Термін виконання	Відповідальні
1.	Оновлення та опрацювання нормативно-правових документів, що забезпечують запобігання та протидію булінгу	постійно	директор, вихователі
2.	Створення безпечного освітнього середовища в ЗДО вільного від насильства та булінгу (цькування)	постійно	директор, педагоги
3.	Надання консультацій батькам, які мають питання щодо взаємовідносин із дітьми під час воєнного стану (у дистанційному режимі)	за запитом	вихователі
4.	Консультація для вихователів і батьків «Конфлікт та булінг: у чому різниця?»	жовтень	вихователі
5.	Психологічна просвіта для педагогів лекція «Конфлікти – це норма життя»	листопад	вихователі
6.	Консультація для вихователів: «Як вирішувати дитячі конфлікти»	грудень	директор
7.	Організація роботи «Скриньки довіри» для батьків і педагогів, оновлення інформації веб-сайту з проблеми запобігання та протидію булінгу	грудень	Вихователі
8.	Психологічна просвіта для вихователів тренінг «Конфлікти – це норма життя»	грудень	вихователі
9.	Проведення профілактичної роботи щодо запобіганню булінгу в ЗДО	систематично	директор
10.	Консультація для педагогів: «Види та форми булінгу»	лютий	директор
11.	Тренінг для батьків: «Вчимося спілкуватися з дитиною»	січень 2024	вихователі
12.	Консультація для батьків: «Дитяча агресія: причини виникнення та способи усунення»	лютий 2024	вихователі
13.	Проведення діагностики стану професійного вигорання педагогів.	квітень 2024	директор
14.	Виступ на батьківських зборах	квітень 2024	вихователі

	«Чому діти стають жертвами булінгу»		
15.	Організація та проведення занять та бесід, що формують у дітей уявлення про толерантність по відношенню до різних людей, справедливість, порядність	постійно	вихователі
16.	Розповсюдження інформації щодо профілактики булінгу»: пам'ятка, листівки, інформація на стенді практичного психолога	постійно	педагоги

Порядок подання та розгляду (з дотриманням конфіденційності) заяв про випадки булінгу (цькування) в закладі дошкільної освіти

Порядок подання та розгляду (з дотриманням конфіденційності) заяв про випадки булінгу (цькування) в закладі дошкільної освіти (ясла-садок) "Малютко" Димерської селищної ради

Відповідно до Закону України « Про освіту» (розділ I, ст. 25, 26) керівник закладу дошкільної освіти:

- здійснює контроль за виконанням плану заходів, спрямованих на запобігання та протидію булінгу (цькуванню) в закладі освіти;
- розглядає скарги про відмову у реагуванні на випадки булінгу (цькування) за заявами здобувачів освіти, їхніх батьків, законних представників, інших осіб та приймає рішення за результатами розгляду таких скарг;
- сприяє створенню безпечного освітнього середовища в закладі освіти та вживає заходів для надання соціальних та психолого-педагогічних послуг здобувачам освіти, які вчинили булінг (цькування), стали його свідками або постраждали від булінгу;
- забезпечує створення у закладі освіти безпечного освітнього середовища, вільного від насильства та булінгу (цькування), у тому числі: з урахуванням пропозицій територіальних органів (підрозділів) Національної поліції України, центрального органу виконавчої влади, що забезпечує формування та реалізує державну політику у сфері охорони здоров'я, головного органу у системі центральних органів виконавчої влади, що забезпечує формування та реалізує державну правову політику, служб у справах дітей та центрів соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді розробляє, затверджує та оприлюднює план заходів, спрямованих на запобігання та протидію булінгу (цькуванню) в закладі освіти;
- розглядає заяви про випадки булінгу (цькування) здобувачів освіти, їхніх батьків, законних представників, інших осіб та видає рішення про проведення розслідування; скликає засідання комісії з розгляду випадків булінгу

(цькування) для прийняття рішення за результатами проведеного розслідування та вживає відповідних заходів реагування;

- забезпечує виконання заходів для надання соціальних та психолого-педагогічних послуг здобувачам освіти, які вчинили булінг, стали його свідками або постраждали від булінгу (цькування);

- повідомляє уповноваженим підрозділам органів Національної поліції України та службі у справах дітей про випадки булінгу (цькування) в закладі освіти.

Якщо дитина стала свідком булінгу в закладі освіти, передусім вона може розказати про це батькам, вихователю, психологу.

Окрім цього, батьки можуть звернутись на гарячу лінію ГО «Ла Страда - Україна» з протидії насильству в сім'ї або із захисту прав дітей; до соціальної служби з питань сім'ї, дітей та молоді; Національної поліції України; Центру надання безоплатної правової допомоги.

Якщо педагог або інший працівник закладу освіти став свідком булінгу, то він має повідомити керівника закладу незалежно від того, чи поскаржилась йому жертва булінгу чи ні.

Слід запам'ятати:

1. Заяву про випадки булінгу у закладі освіти має право подати будь-який учасник освітнього процесу.

2. Заява подається керівнику закладу освіти відповідно до Закону України «Про звернення громадян».

3. Керівник закладу освіти має розглянути звернення.

4. Керівник закладу освіти створює комісію з розгляду випадків булінгу, яка з'ясовує обставини булінгу.

5. Якщо випадок цькування був єдиноразовим, питання з налагодження мікроклімату в дитячому середовищі та розв'язання конфлікту вирішується у межах закладу освіти учасниками освітнього процесу.

7. Якщо комісія визнала, що це був булінг, а не одноразовий конфлікт, то керівник закладу освіти повідомляє уповноважені підрозділи органів Національної поліції України та Службу у справах дітей.

Гарячі телефони:

- Дитяча лінія 116 111 або 0 800 500 225 (з 12.00 до 16.00);

- Гаряча телефонна лінія щодо боулінгу 116 000;

- Гарячая лінія з питань запобігання насильству 116 123 або 0 800 500 335;

- Уповноважений Верховної Ради з прав людини 0 800 50 17 20;

- Уповноважений Президента України з прав дитини 0 44 255 76 76;

- Центр надання безоплатної правової допомоги 0 800 213 103;

- Національна поліція України 102. Новоприйнятий Закон передбачає низку штрафів за цькування. - Штрафи за булінг становитимуть від 50 до 100 неоподатковуваних мінімумів, тобто від 850 до 1700 гривень або від 20 до 40 годин громадських робіт.

- Якщо булінг вчинено групою осіб або повторно протягом року після накладення адміністративного стягнення, штраф буде більшим — від 100 до 200 мінімумів (1700 - 3400 гривень) або громадські роботи на строк від 40 до 60 годин.

- Неповідомлення керівником закладу освіти уповноваженим підрозділам органів Національної поліції України про випадки булінгу учасника освітнього процесу тягне за собою накладення штрафу від 50 до 100 неоподатковуваних мінімумів доходів громадян або виправні роботи на строк до 1 місяця з відрахуванням до 20 відсотків заробітку.

Порядок реагування на доведені випадки булінгу (цькування) в закладі дошкільної освіти та відповідальність осіб, причетних до булінгу (цькування)

1. Керівник закладу освіти має розглянути звернення.

2. Керівник закладу освіти створює комісію з розгляду випадків булінгу, яка з'ясовує обставини булінгу.

3. Якщо комісія визнала, що це був булінг, а не одноразовий конфлікт, то керівник закладу освіти повідомляє уповноважені підрозділи органів Національної поліції України та Службу у справах дітей.

4. Особи, які за результатами розслідування є причетними до булінгу, несуть відповідальність відповідно до частини другої статті 13

(вчинення правопорушень за статтею 1734

Інформація про булінг

19 січня 2019 року набув чинності Закон України від 18.12.2019 року № 2657-VIII «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню)».

Булінг – (цькування) це діяння (дії або бездіяльність) учасників освітнього процесу, які полягають у психологічному, фізичному, економічному, сексуальному насильстві, у тому числі із застосуванням засобів електронних комунікацій, що вчиняються стосовно малолітньої чи неповнолітньої особи та (або) такою особою стосовно інших учасників освітнього процесу, внаслідок чого могла бути чи була заподіяна шкода психічному або фізичному здоров'ю потерпілого.

Насилля в дошкільному навчальному закладі

Більшість людей вважають, що фізична агресія й соціальне насилля, характерні для булінгу (англ. bullying – агресивне переслідування, цькування, залякування тощо), починають проявлятися приблизно з кінця початкової школи і продовжуються протягом усього періоду середньої школи. Але, хочете вірте, хочете – ні, булінг серед дітей дошкільного віку розповсюджений набагато більше, ніж ви можете припустити. Оскільки така поведінка асоціюється, як правило, з дорослими дітьми, вона часто упускається з очей у

ранньому віці, коли досить важко відрізнити абсолютно нормальні соціальні експерименти й булінг на ранніх стадіях формування. Загалом, певний ступінь ситуативних ударів рукою, щипання й ін. у дітей дошкільного віку «вважається» нормальним і може бути проявом самоствердження. Однак, якщо дітям подобається спостерігати, як іншій людині погано, вони можуть свідомо й систематично знаходити способи, щоби завдати шкоди своїм «жертвам», навіть до того, що стануть насміхатись над ними, коли роблять свій поганий учинок. Булінг може викликати в дітей сильний стрес, страх і тривогу. До того ж така поведінка впливає не тільки на «жертв». Результати дослідження показують, що ті, хто в дитинстві був хуліганом, у майбутньому частіше, ніж інші, вживають наркотики та алкоголь, ображають своїх друзів, зв'язуються зі злочинністю й мають проблеми у взаємостосунках з однолітками.

Ваша маленька дитина піддається булінгу, якщо:

- їй раптом страшно йти в дитячий садок;
- вона скаржиться на головні болі або болі в животі без будь-якої причини;
- чіпляється за вас і проявляє плаксивість;
- приходять додому із травмами, які не може пояснити;
- залишається на самоті або впадає у стан депресії;
- розповідає про якусь дитину, яка робить їй всілякі пакості;
- має труднощі з концентрацією уваги;
- уникає зорового контакту, коли ви питаєте її про дитячий садок.

Що повинні робити батьки, якщо в дошкільному закладі їх дитина має місце булінг? Нижче наводяться поради, що допоможуть батькам впоратися із ситуацією, що виникла.

1. Комунікація (спілкування) – це ключ. Якщо ви підозрюєте, що ваша дитина піддається в дитячому садку знущанням, дайте їй зрозуміти, що ви зможете їй допомогти, якщо вона докладно розповість про все. Якщо ваша дитина виглядає наляканою чи збентеженою, використовуйте книги в якості легкого доступу до неї, щоб налагодити ваше спілкування природним чином. Деякі художні твори для дітей звертаються до цієї тематики. Як тільки ваша дитина розкриє вам усі подробиці про булінг, зберігайте спокій, не сваріть її та не засуджуйте, обов'язково поясніть, що ви неодмінно допоможете припинити це насилля.

2. Порозмовляйте з вихователем. «Навіть не дивлячись на те, що в дошкільних і подібних їм дитячих закладах дорослі завжди знаходяться поруч з дітьми, за такою великою кількістю малюків, які безперервно бігають навкруги, прослідкувати просто нереально», – каже колишній вихователь Трисія Янг. І, оскільки маленькі хулігани віддають перевагу тому, щоб ображати дітей, коли дорослі не дивляться, важливо порозмовляти з вихователем і ввести один одного в курс справи, щоб у подальшому він був більш уважним і вже

прицільно спостерігав за певними дітьми.

3. Використовуйте політику відкритих дверей. У найавторитетніших дитячих садках і дошкільних закладах існує політика відкритих дверей, що дозволяє батькам приходити в будь-який час. Тому періодично без попередження навідайтесь у групу вашої дитини. Ці неочікувані візити будуть тримати працівників дитячого садка в тонусі й зменшать імовірність того, що ваша дитина буде страждати від якогось хулігана

4. Заплануйте переговори з батьками. Коли маленькі діти вдаються до булінгу, їхня поведінка частіше за все запозичується з домашнього досвіду, тобто у своїй родині вони можуть стати свідками домашнього насилля, дивитися жорстокі телешоу, чути як їхні брати та сестри висміюють інших дітей або самі бути жертвами насилля. Тож порозмовляйте з адміністрацією дошкільного закладу і призначте зустріч з батьками маленького хулігана, звернувши їхню увагу на його поведінку, але не дивуйтесь, якщо його батьки не будуть вас слухати, будуть проявляти байдужість чи почнуть все заперечувати.

5. Навчіть вашу дитину захищатись від хуліганів. Дайте своїй дитині певні психологічні інструменти, які вона зможе використовувати при контакті з хуліганом. Навчіть її достойно триматись, дивитись прямо в очі кривднику, розповідати дорослим про те, що сталося, та уникати самотності (бути завжди поруч з іншими дітьми). Ви також можете розширити можливості дитини, запропонувавши їй пограти в рольові ігри. Так вона зможе попрактикуватись у тому, що має намір зробити в подібній ситуації наступним разом. Упевнені в собі діти мають менше шансів стати мішенню для хуліганів, тому знайдіть способи, щоб забезпечити вашій дитині адекватну самооцінку. Ви можете допомогти їй зав'язати дружні стосунки поза межами дошкільного закладу і залучити її до тих видів активності, що зможуть підвищити її впевненість у собі.

6. Розгляньте перехід в іншу групу. Іноді булінг може бути настільки агресивним, що всі ваші зусилля так і не будуть успішними. Тому, якщо вам не вдасться нічого добитись, порозмовляйте з адміністрацією на предмет переходу вашої дитини до іншої групи. Якщо ж і це не вдасться зробити, тоді краще забрати вашу дитину із цього дитячого садка.

Булінг у дошкільному середовищі відбувається набагато частіше, ніж повинен. І якщо ваша дитина стала однією із «жертв», не кажіть їй, щоб вона стала більш «жорсткою» і не примушуйте її розв'язувати цю проблему самотійно. Уживайте всіх заходів, щоб захистити вашого малюка, здійснійте візити в дитячий садок і давайте дитині інструменти, які не тільки стануть їй у пригоді в ранньому дитинстві, а й допоможуть уникнути знущань у майбутньому.

Що таке “булінг” та чому про нього треба знати всім батькам!

Булінг – це відносно новий термін для пересічного громадянина, зміст якого кожен із нас не просто знає, а в більшості випадків стикався з цим явищем у дитинстві. Булінг може проявлятися у вигляді психологічного тиску (образи,

приниження, погрози, ігнорування тощо) та фізичних знущань (удари, поштовхи, принизливий фізичний контакт, побиття та інше). Не рідко фізичний і психологічний тиск об'єднуються.

Від булінгу страждають і агресори, і жертви. Всі вони переживають емоційні проблеми, не вміють будувати стосунки з людьми, мають проблеми психо-емоційного розвитку. Вони потребуватимуть підтримки дорослих, які б допомогли їм розвинути здорові відношення з людьми не лише у школі, але й протягом усього їх подальшого життя.

Скільки дітей страждають від булінгу

За статистикою, 80% українських дітей піддаються цькуванню, навіть не усвідомлюючи цього. В усіх соціальних системах завжди є лідер, середня група і так званий «вигнанець».

У початковій школі діти ще не займаються жорстким булінгом, але вже можуть бути непривітними до інших. Щойно вчитель починає вибудовувати систему конкуренції та пріоритетів — діти починають один одного травити. А справжній булінг почнеться у середній школі — з 10-11 років — вік входження у підліткову кризу.

Обов'язок шкільного психолога, вчителя — виявити лідера, схильного ініціювати цькування інших проводити, вести з ним дружні бесіди, виробляючи толерантність.

Чому діти стають жертвами булінгу? Психологи визначають декілька основних причин:

- Занижена самооцінка. Навіть якщо дитина виявляє її через нарцисизм, надмірну відкритість, зверхність.
- Домашня атмосфера. Дуже часто жертвами булінгу стають діти, яких вдома принижують, знецінюють, ображають. Або є родини, де дитину звикли жаліти – нещасна, хвора, росте без батька...Школа і садок — каталізатор домашніх проблем. Тож, якщо дитина звикла отримати більше уваги до себе, поблажливість батьків, коли вона бідна й нещасна, то вона буде створювати навколо себе таку ж атмосферу і в школі.
- Атмосфера в класі. Бувають колективи, створені самотійно або руками вчителя, в яких є дитина-агресор. Вона свідомо шукає слабшого, використовує його як грушу для биття, вирівнюючи свій психологічний стан.

Булінг в цифрах

За дослідженнями UNISEF, 40% дітей ні з ким, зокрема і з батьками, не діляться своїми проблемами. Сором'язливі та спокійні діти стають жертвами булінгу вдвічі частіше за однолітків, які відкриті до спілкування. Більшість дітей ображають за те, що вони одягнуті не так, як інші, говорять або поведуться не так, як основна група. 44% дітей, якщо стають свідками булінгу, просто спостерігають, оскільки бояться за себе.

Що робити батькам

- У першу чергу заспокойтесь, і тільки після цього починайте розмову з дитиною.

- Дайте відчути, що ви поруч, готові підтримати та допомогти, вислухати та захистити.
 - Запевніть дитину, що ви не звинувачуєте її у тому, що відбувається, і вона може говорити відверто.
 - Пам'ятайте, що дитині може бути неприємно говорити на цю тему, вона вразлива у цей момент. Будьте терплячими та делікатними.
 - Спробуйте з'ясувати все, що зможете, проте не повторюйте ті ж самі запитання по декілька разів, допитуючись.
 - Запропонуйте подумати, які дії допоможуть дитині почуватися у більшій безпеці зараз (наприклад, бути певний час ближче до дорослих, не залишатися після уроків тощо).
 - Розкажіть дитині, що немає нічого поганого у тому, щоб повідомити про агресивну поведінку щодо когось учителю або принаймні друзям. Поясніть різницю між "пліткуванням" та "підслуханням" про своє життя чи життя друга/однокласника.
 - Спитайте, яка саме ваша допомога буде корисна дитині, вислухайте уважно. Можливо ви запропонуєте свій варіант. Це допоможе розробити спільну стратегію змін.
 - Пам'ятайте, що ситуації фізичного насилля потребують негайного втручання з боку батьків та візит до школи.
 - Спільно з дитиною шукайте нові способи реагування на ситуацію булінгу.
 - Обговоріть, до кого по допомогу дитина може звертатися у школі: до шкільного психолога, вчителів, адміністрації, дорослих учнів, охорони, батьків інших дітей.
 - Важливо усвідомити, чому саме дитина потрапила у ситуацію булінгу. Рекомендуємо з цим звернутися до дитячого психолога.
 - Підтримайте свою дитину у налагодженні дружніх стосунків з однолітками.
 - Поясніть дитині, що зміни будуть відбуватися поступово, проте весь цей час вона може розраховувати на вашу підтримку.
- Як допомогти дитині-агресору
- Дитині, яка булить інших, увага та допомога потрібна не менше, ніж тій, яка страждає від булінгу. Якщо ваша дитина – агресор, радимо:
- Відверто поговоріть з дитиною про те, що відбувається, з'ясуйте як вона ставиться до своїх дій і як реагують інші діти. Ви можете почути, що "всі так роблять", або "він заслуговує на це".
 - Уважно вислухайте дитину і зосередьтеся на пошуку фактів, а не на своїх припущеннях.
 - Не применшуйте серйозність ситуації такими кліше, як "хлопчики завжди будуть хлопчиками" або "глузування, бійки та інші форми агресивної поведінки — просто дитячі жарти і цілком природна частина дитинства".

- Ретельно поясніть, які дії ви вважаєте переслідуванням інших. До них відносяться: цькування, образливі прізвиська, загрози фізичного насильства, залякування, висміювання, коментарі з сексуальним підтекстом, бойкот іншої дитини або підбурювання до ігнорування, плітки, публічні приниження, штовхання, плювки, псування особистих речей, принизливі висловлювання або жести.

- Діти, які булять, заперечують це так довго, як тільки можуть. Спокійно поясніть дитині, що її поведінка може завдати шкоди не тільки жертві, а й усім оточуючим. І щодалі це заходитиме, тим гірше булінг впливатиме на всіх учасників.

- Дайте зрозуміти дитині, що агресивна поведінка є дуже серйозною проблемою, і ви не будете терпіти це в майбутньому. Чітко і наполегливо, але без гніву, попросіть дитину зупинити насильство.

- Скажіть дитині, що їй потрібна допомога, а тому ви тимчасово триматимете зв'язок з учителями, щоб упевнитись — дитина намагається змінити ситуацію.

- Загрози і покарання не спрацюють. Можливо, на якийсь час це припинить булінг, та в перспективі це може тільки посилити агресію і невдоволення.

- Буде зайвим концентрувати увагу на відчуттях дитини, яку булять. Той, хто виявляє агресію, як правило відсторонюється від почуттів іншої людини.

- Агресивна поведінка та прояви насильства можуть вказувати на емоційні проблеми вашої дитини та розлади поведінки. Порадьтеся зі шкільним чи дитячим психологом.

Чому важливо вчасно відреагувати?

Булінг впливає на всіх, хто бере в ньому участь або спостерігає, та має деструктивні наслідки в майбутньому житті.

Ті, хто піддаються булінгу:

- втрачають відчуття емоційної та фізичної безпеки, довіри до місця, у якому мають перебувати щодня;

- відчувають безпорадність і страх від постійної загрози. Булінг провокує тривожні та депресивні розлади, пригнічує імунітет, що підвищує вразливість до різних захворювань;

- втрачають повагу до себе. Страх та невпевненість руйнують здатність до формування та підтримки стосунків з однолітками, що призводить до відчуття самотності;

- втрачають інтерес до різних форм активності та не можуть нормально навчатися. У деяких випадках можна простежити зв'язок між потерпанням від булінгу та розладами харчування (анорексії та булімії), емоційної сфери (депресіями та суїцидальною поведінкою).

Ті, хто булять:

- частіше за інших потрапляють у ситуації, де проявляється насилля та порушуються закони;
- частіше беруть участь у бійках, причетні у вандалізмі, залучаються до ранніх статевих стосунків, мають досвід вживання алкоголю та наркотичних речовин.

Ті, хто вимушені спостерігати:

- часто страждають від відчуття безпорадності, етичного конфлікту: втрутитись у ситуацію булінгу чи ж залишитись осторонь;
- потерпають від депресивних станів чи перезбудження, намагаються менше відвідувати школу.

Навіть поодинокий випадок булінгу залишає глибокий емоційний слід, що робить проблему найпоширенішою причиною звернень до дитячого психолога.