**Протидія БУЛІНГУ**

Сьогодні серед учнівської молоді надзвичайно загострилася проблема насильства, здійснюваного самими дітьми один до одного.Прояви насильства супроводжують людство з давніх-давен. Упродовж тисячоліть одна людина кривдить іншу людину, чинить насильство щодо неї. У світі постійно відбуваються війни, напади на людей, дискримінація, приниження. Ми вже звикли сприймати насильство, як щось неминуче. Але ж  прояви насильства порушують права людини, принципи  вільного та справедливого існування.

І коли насильство чиниться поруч з нами, чи у нас в домі, в школі, на вулиці, ми можемо зупинити його. Іноді ми не усвідомлюємо, що втягнуті в коло насильства, бо можемо не знати, що певні насильницькі акти щодо нас порушують наші права, честь та гідність, не знаємо своїх прав, як захистити себе.

**Булінг** у перекладі з англійської - хуліганити, грубіянити, визначається, як утиск, цькування, дискримінація. Це тривалий процес свідомого жорстокого ставлення (фізичного і психічного) з боку дитини або групи дітей до іншої дитини або дітей.

Ми спробуємо зрозуміти почуття жертви булінгу, та поведінку агресора. І найголовніше, разом знайдемо шляхи допомоги постраждалій дитині та спробуємо убезпечити себе, щоб не зіграти одну з ролей у булінгу.

**Форми шкільного булінгу:**

* **фізичний** (умисні штовхання, удари, стусани, побої, нанесення інших тілесних ушкоджень та ін.);
* **психологічний** (насильство, пов'язане з дією на психіку, що завдає психологічну травму шляхом словесних образ або погроз, переслідування, залякування, якими навмисно заподіюється емоційна невпевненість)

**Соціальна структура булінгу:**

* **-** переслідувач (кривдник, агресор)
* - постраждала дитина (жертва)
* - спостерігачі

**Як розпізнати жертву:**

* діти, які не можуть захистити себе, фізично слабші за своїх однолітків;
* невпевнені в собі діти, замкнуті, мовчазні;
* діти, які мають руде волосся, повні чи худі;
* діти, які уникають певних місць у школі (наприклад, на перерві сидять у класі);
* діти, які часто не мають ні одного близького друга, краще спілкуються з дорослими ніж з однолітками.

**Як розпізнати агресора:**

* якщо це хлопчики, вони зазвичай фізично сильніші за інших;
* виділяються зовнішністю, манерою поведінки, одягом;
* вони часто зухвалі та агресивні в ставленні до дітей та дорослих;
* не дуже гарно вчаться;
* мають досить велике коло друзів або однодумців та ін.

**Як розпізнати спостерігача:**

* діти з кола кривдника;
* однокласники;
* випадкові учні або ін..

Наслідки булінгу можуть бути різноманітні. Їх жертви зазнають чимало страждань. Це і зниження самооцінки, поганий сон та апетит, тривожність, пригніченість.Отже, як бачимо явище булінгу є поширеним, але в наших силах його зупинити і не лишатися осторонь.

**Як зупинити насильство**

**-**Уникай ситуацій, які можуть призвести до насильства.

**-**Говори спокійно і впевнено.

-Дай агресору можливість зупинитися.

-Зупинися першим, це не ознака слабкості.

-Не прагни помсти ворогам.

-Звернися за допомогою, це не ознака боягузства!

**ПАМЯТАЙ: ми не повинні бути байдужими до булінгу,бо це стосується кожного!**

-Ти маєш право відмовитися робити те, до чого тебе примушують силою або образливими, злими словами.

- Твоя власність належить тільки тобі.

-Ти маєш право на допомогу.

-Кожна людина має право жити вільно, у безпеці, відчуваючи тепло і любов!