

Актуальність проблеми булінгу серед учнів початкової школи з ООП

Цей освітній проєкт присвячений актуальній проблемі булінгу серед учнів початкової школи з особливими освітніми потребами (ООП). Булінг є серйозною проблемою, яка може мати руйнівні наслідки для психологічного та емоційного стану дитини. Особливо вразливими є діти з ООП, які через свої особливості часто стають об'єктами цькування з боку однолітків.

У проєкті буде розглянуто статистику випадків булінгу щодо дітей з ООП в Україні, наслідки булінгу для їхнього психологічного та емоційного стану. Також буде підкреслено важливість раннього виявлення та попередження булінгу в інклюзивному середовищі. Крім того, проєкт надасть інформацію про законодавчу базу України щодо протидії булінгу, зокрема Закон України "Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню)".

Мета цього проєкту - надати учням початкових класів з ООП, їхнім батькам та вчителям знання та інструменти, необхідні для протидії булінгу та створення безпечного та інклюзивного освітнього середовища.

Що таке булінг? Визначення та основні форми

Булінг – це систематичне, повторюване агресивне поводження однієї особи або групи осіб щодо іншої особи з метою залякування, приниження або завдання шкоди. Важливо розрізняти булінг та звичайний конфлікт. Конфлікт – це одноразова ситуація, в якій обидві сторони мають рівні можливості для захисту. Булінг же характеризується нерівністю сил та систематичністю.

Основні форми булінгу:

- Фізичний булінг (штовхання, бійки, пошкодження майна).*
- Вербальний булінг (образи, погрози, принизливі прізвиська).*
- Соціальний булінг (ігнорування, виключення з групи, поширення пліток).*
- Кібербулінг (цькування в інтернеті, соціальних мережах).*

Булінг щодо дітей з порушеннями інтелектуального розвитку має свої особливості. Кривдники можуть використовувати їхні особливості для насмішок та знущань, маніпулювати ними та обманювати, оскільки дітям з порушеннями інтелектуального розвитку складніше самоїно захиститися та звернутися за допомогою.

Види булінгу в початковій школі

Фізичний булінг

Приклади: штовхання, підніжки, удари, відбирання речей. За статистикою, 35% дітей з ООП зазнають фізичного булінгу. Фізичний булінг легко розпізнати за наявністю синців, подряпин, пошкодженого одягу, а також за скаргами дитини на фізичний біль.

Вербальний булінг

Приклади: образливі прізвиська, глузування, погрози. Вербальний булінг негативно впливає на самооцінку дитини, викликає відчуття сорому та провини. Розпізнати вербальний булінг можна за замкнутістю дитини, плаксивістю та відмовою від спілкування.

Соціальний булінг

Приклади: ігнорування, бойкот, поширення чуток. Соціальний булінг призводить до соціальної ізоляції, відчуття самотності та депресії. Ознаки соціального булінгу: відсутність друзів, небажання йти до школи, скарги на відчуження.

Кібербулінг

Приклади: образливі повідомлення, поширення особистої інформації, створення фейкових профілів. Кібербулінг характеризується анонімністю, широким колом глядачів та цілодобовою доступністю. За даними досліджень, 40% підлітків з інвалідністю зазнають кібербулінгу. Розпізнати кібербулінг можна за змінами в поведінці дитини в інтернеті, приховуванням інформації, тривожністю після використання гаджетів.

Способи булінгу, що використовуються проти дітей з ООП

Діти з особливими освітніми потребами (ООП) часто стають об'єктами булінгу, який набуває специфічних форм, враховуючи їхні особливості. Кривдники можуть використовувати мовні особливості дитини, насміхаючись над вимовою, темпом мовлення або нерозумінням слів. Імітація мовних дефектів також є поширеним явищем.

Експлуатація фізичних особливостей є ще одним способом булінгу. Насмішки над зовнішнім виглядом, ходою, рухами, а також штовхання та підніжки через порушення координації можуть завдати дитині фізичного та емоційного болю.

Зловживання соціальною незрілістю також є поширеним явищем. Маніпулювання, обман, використання наївності, а також підбурювання до дій, за які дитина не усвідомлює наслідки, можуть мати серйозні наслідки для її психічного здоров'я.

Ігнорування та виключення з ігор створює відчуття непотрібності та відкинутості, позбавляючи дитину можливості соціальної взаємодії та розвитку. У сфері кібербулінгу можуть створюватися глузливі мему та відео з використанням зображень дитини, розміщуватися особиста інформація в інтернеті без згоди та розсилатися образливі повідомлення.

Як бути, якщо ти став жертвою булінгу: стратегії для дітей

Якщо ти став жертвою булінгу, важливо пам'ятати, що ти не винен у тому, що тебе цькують. Не мовчи, розкажи про те, що відбувається, дорослій людині, якій довіряєш (батькам, вчителю, психологу). Не реагуй на провокації, не показуй свій страх чи злість, ігноруй кривдника.

Знайди підтримку, спілкуйся з друзями, які тебе підтримують та розуміють. Захищай себе, якщо можливо, відповідай кривднику словами або діями, які покажуть, що ти не боїшся. Звернись за професійною допомогою, психолог або психотерапевт допоможе впоратися з емоційними наслідками булінгу.

Разом з дитиною можна розробити фрази для захисту, наприклад: "Мені не подобається, коли ти так говориш", "Тримай це робити". Рольові ігри, програвання ситуацій булінгу з позитивним завершенням, допоможуть зміцнити впевненість дитини у своїх силах.

Алгоритм дій: що робити, якщо ти відчув на собі булінг

Якщо ти відчув на собі булінг, важливо діяти за чітким алгоритмом. Спочатку зупинись і подумай, чи це дійсно булінг, чи випадковий конфлікт? Які твої емоції? Чи відчуваєш ти страх, приниження, злість? Зафіксуй факти: хто, коли, де і як тебе цькував? Збери докази (скріншоти повідомлень, фотографії, відео).

Звернись за допомогою, розкажи про ситуацію батькам або іншим близьким дорослим. Повідом про булінг вчителю або адміністрації школи. Якщо потрібно, звернись до психолога або правоохоронних органів. Захисти себе, заблокуй кривдника в соціальних мережах, не вступай з ним у діалог, знайди підтримку у друзів та однокласників.

Дій разом з дорослими, розробіть план дій для припинення булінгу, бери участь у вирішенні проблеми разом з батьками та вчителями. Якщо булінг триває, не здавайся, продовжуй звертатись за допомогою та захищати себе. Пам'ятай, що ти не самотній, і є люди, які тебе підтримують. Важливо наголосити, що дитина має право на безпечне освітнє середовище.

Превентивні методи попередження булінгу в початковій школі

Для ефективного попередження булінгу в початковій школі необхідно впроваджувати комплекс превентивних заходів. Важливим є створення позитивного психологічного клімату в класі, розвиток емпатії та толерантності до відмінностей, формування поваги до прав та гідності кожної дитини, а також організація спільних ігор та заходів, що сприяють згуртованості.

Проведення інформаційних кампаній про булінг, роз'яснення поняття булінгу, його видів та наслідків, обговорення правил поведінки в школі та в інтернеті, а також перегляд відеороликів та мультфільмів про булінг з подальшим обговоренням сприятимуть підвищенню обізнаності дітей про проблему булінгу.

Навчання дітей навичкам розв'язання конфліктів, розвиток комунікативних навичок та вміння висловлювати свої почуття, навчання стратегіям мирного врегулювання спорів, а також розвиток навичок самоконтролю та управління емоціями є важливими складовими превентивної роботи. Робота з батьками, інформування про ознаки булінгу та способи його виявлення, залучення до участі в шкільних заходах з протидії булінгу, а також надання консультацій щодо виховання дітей у дусі толерантності та поваги також є важливими.

Підвищення кваліфікації педагогів, навчання методам виявлення та реагування на випадки булінгу, розвиток навичок створення безпечного та інклюзивного середовища, підтримка професійного розвитку та обмін досвідом, наприклад, тренінги з медіації та ненасильницької комунікації, сприятимуть ефективній протидії булінгу в школі.

Висновок: важливість системної роботи з протидії булінгу

Протидія булінгу вимагає комплексного підходу, залучення всіх учасників освітнього процесу: дітей, батьків, педагогів, адміністрації школи. Створення безпечного та інклюзивного середовища можливе лише за умови активної співпраці та об'єднання зусиль для попередження та подолання булінгу.

Важливо підтримувати та заохочувати дітей, які стали жертвами булінгу, до звернення за допомогою та відновлення. Регулярний моніторинг та оцінка ефективності заходів з протидії булінгу дозволять вчасно коригувати стратегії та методи роботи.

Спільними зусиллями можливо створити школу, де кожна дитина почуватиметься в безпеці та повазі, де булінг не матиме місця, а діти зможуть розвиватися та навчатися в атмосфері підтримки та взаєморозуміння.