

## **БУЛІНГ: ПРИЧИНИ ТА СПОСОБИ ПРОТИСТОЯННЯ**

Онищенко П.В.

Науковий керівник – канд. філос. наук, доц. Дашенкова Н.М.  
Харківський національний університет радіоелектроніки  
61166, Харків, просп. Науки, 14, каф. філософії, тел. (057) 702-14-65  
e-mail: polina.onyshchenko@nure.ua

Recently, the problem of bullying has become particularly relevant. Bullying can be associated with problems in the family with self-doubt, and this applies to both sides of the confrontation. The article defines the reasons for bullying and identifies ways to resist such harassment. Work on the prevention and resistance to bullying, contributes to the formation of a society of people free from bullying and violence.

Останнім часом особливої актуальності набула така проблема, як булінг.

Цей термін прийшов до нас з Америки, що в перекладі означає цькування, знущання і залякування. Більшість дослідників визначають булінг як «зарозумілу, образливу поведінку, агресивне переслідування одного з членів колективу (шкільного, студентського або професійного) з боку інших членів колективу або його частини» [1]. Булінг і міжособистісний конфлікт, хоча і схожі за проявами, принципово відрізняються один від одного, так як в булінгу жертва не може самотійно протистояти нападам. У разі конфлікту сили сторін можуть бути приблизно рівні.

Булінг може йти корінням в раннє дитинство, коли діти стикаються з ситуаціями, коли їх дражили брати, сестри або друзі. Це може обмежуватися одноразовими жартами, які в підсумку припиняються і не несуть сильної шкоди, але, коли це затягується, це надалі може завдати травму дитині.

Через що діти і підлітки стають булерами або піддаються булінгу? Найчастіше це відбувається або через проблеми в сім'ї, або через невпевненість в собі, причому це відноситься до обох сторін протистояння.

Для жертв цькування характерна чутливість, тривожність, схильність до сліз, фізична слабкість, низька самооцінка, у них мало друзів, такі діти вважають за краще проводити час на самоті або з дорослими.

Якщо говорити про булерів, часто такі діти піддаються насильству вдома і, як наслідок, зганяють свою агресію на інших. Через такі ситуації вони хочуть реабілітувати своє «я» і свою гідність, принижуючи іншого, таким чином показуючи свою перевагу над ним.

На жаль, в наш час, багато дітей люблять спостерігати з боку за тим, що відбувається, як свідки. Багато з них можуть мати співчуття до жертви, але мало хто з них повідомить дорослим про те, що відбувається. Реакція

свідків дуже важлива булерам, так як завдяки цим знакам вони отримують задоволення від виконаного, оцінюючи знаки уваги як підтримку з боку. Але особам, які приймають на себе роль свідка, доводиться нелегко, бо, з одного боку, їм потрібно підтримувати кривдника, щоб самим не опинитися на місці жертви, а з іншого боку, їх може переслідувати відчуття почуття сорому за свою бездіяльність.

В якості причин булінгу психологи найчастіше називають боротьбу за лідерство; зіткнення різних субкультур, цінностей, поглядів і невміння толерантно ставитися до них; агресивність як комплекс особистісних характеристик; наявність у дитини психічних або фізичних вад, що провокують комплекс «чужого»; занижену або неадекватно завищену самооцінку; заздрість, що виникає у відповідь на незадоволення життєвих потреб особистості і т. д. [1].

Як же протистояти булінгу? Фахівці рекомендують ігнорувати кривдника, адже кривдникам потрібна увага. Відсутність реакції на цькування, швидше за все, призведе до того, що булер кине́ться в пошуки нової жертви, так як не отримає потрібних емоцій. Слід також заручитися підтримкою людей, які здатні і самі протистояти нападам, і надати підтримку слабшим. Саме перебування в компанії таких людей здатне допомогти, адже в їх присутності кривдник може побоюватися почати цькування, так як зможе отримати відповідь. Також не варто мовчати, завжди потрібно говорити про проблему. Психологи радять набратися впевненості в собі. Виявляючи впевненість, можна захиститися від знущань [2].

Проблема булінгу сьогодні стоїть дуже гостро. Робота з профілактики та протистояння булінгу, безумовно, є надзвичайно необхідною, так як це сприяє формуванню суспільства людей, вільних від цькування і насильства.

#### Перелік посилань

1. Буллинг и как его преодолеть: Рекомендации психолога [Електронний ресурс] / Елена Божор. – Режим доступу до ресурсу: <https://womo.ua/bullying-i-kak-ego-preodolet/>
2. Буллинг или травля среди сверстников [Електронний ресурс] / Е. А. Гончаров. – Режим доступу до ресурсу: <https://4gdgp.by/tsentry/56-stranichka-psikhologa-yuniks/471-bullying-ili-travlya-sredi-sverstnikov>