**ЖАДЫНАМА: сынып жетекшілер ата-аналарға. Буллинг**

**Буллинг** ғасырлар бойы қалыптасқан құбылыс үшін салыстырмалы түрде жаңа термин: бала қатыгездігі. Буллинг проблемасы өсіп келе жатқан балалардың ерекшеліктерінің күрделілігі мен қарама-қайшы сипатына және олардың дамуының ішкі және сыртқы жағдайларына байланысты жасөспірімдік шақта айқынырақ болады. Дәл осы уақытта жасөспірім белгілі бір мінез-құлық үлгілерін, мысалы, «жәбірленушінің» мінез-құлқын үйреніп, өмір бойы оларды ұстануы мүмкін. Сонымен қатар, қорқыту жағдайы тек «жәбірленушілерге» ғана емес, «агрессорларға» да теріс әсер етеді, өйткені Агрессияны көрсету тиімді болса, ол болашақта мінез-құлық стиліне айналуы мүмкін.

Буллинг (ағыл. bully – бұзақы, төбелесші, бұзақы, дөрекі адам, зорлаушы) – бір немесе бір топ балалардың басқа балаға (басқа балаларға) қатысты қасақана қатыгездікпен қараудың, физикалық, ауызша және (немесе) психологиялық қудалаудың ұзақ мерзімді процесі. Балаларды мектепте ғана емес, әлеуметтік желілерде де қорқытуға болады, оны тоқтату әлдеқайда қиын.

Мектептегі қорлауды екі негізгі түрге бөлуге болады:

1. *Физикалық мектептегі буллинг*- қасақана итеру, соғу, тепкілеу, ұру, денеге басқа да зиян келтіру және т.б.;

Сексуалдық қорлау – физикалық қорлаудың кіші түрі (жыныстық сипаттағы әрекеттер).

2. Психологиялық мектеп буллинг – психикаға әсер етумен байланысты зорлық-зомбылық, ауызша қорлау немесе қорқыту, қудалау, қорқыту арқылы психологиялық жарақаттар туғызады, ол әдейі эмоционалдық сенімсіздік тудырады. Бұл пішін мыналарды қамтиды:

* ауызша қорлау, бұл жерде құрал дауыс (жәбірленушіге үндеу үшін үнемі қолданылатын қорлайтын есім, атын атау, мазақ ету, қорлайтын қауесет тарату және т.б.);
* қорлайтын қимылдар немесе әрекеттер (мысалы, жәбірленушіге немесе оның бағытына түкіру);
* қорқыту (жәбірленушіні бірдеңе жасауға немесе жасамауға мәжбүрлеу үшін агрессивті дене тілі мен дауыс интонациясын қолдану);
* оқшаулану (жәбірленуші әдейі оқшауланады, алынып тасталады немесе кейбір немесе барлық студенттер елемейді);
* бопсалау (ақшаны, тамақты, басқа заттарды, біреуді бір нәрсені ұрлауға мәжбүрлеу);
* бүліну және мүліктік басқа әрекеттер (ұрлық, тонау, жәбірленушінің жеке заттарын жасыру)

Мектеп қорлауының жаңа түрі – кибербуллинг – жәбірленушінің электрондық пошта мекенжайына тіл тигізу, ұялы телефондар немесе басқа электронды құрылғылар арқылы қорлау (анықсыз суреттер мен фотосуреттерді жіберу, атын атау, қауесет тарату және т.б.) алу.

*Кибербуллинг*(киберқорқыту), жасөспірімдердің виртуалды терроры өз атауын ағылшын тіліндегі bull сөзінен алды, сәйкес мағыналары бар: агрессивті шабуыл жасау, тітіркендіргіш, қорқыту, таңдау, арандату, ренжіту, үрей туғызу, қудалау.

**Бұзақылыққа қатысушылар**

Буллинг жағдайында әрқашан арандатушылар, құрбандар және, әрине, қудалаушылар болады - арандатушылардың жетекшілігімен қорлауды жүзеге асыратын балалардың көпшілігі. Кейде сыныпта бейтарап бақылаушылар да болады, олардың бұзақылардан еш айырмашылығы жоқ, өйткені олар үнсіздігі арқылы қорлауды ешқандай жолмен болдырмай ынталандырады.

Сыныптастарының арасында жәбірленушінің қорғаушылары да болады. Кейде қорғаушының пайда болуы жағдайды түбегейлі өзгертуі мүмкін (әсіресе сыныпта бірнеше қорғаушы болса немесе олардың пікірі ескерілсе) – қудалаушылардың көпшілігі шеттетілгендерді жалғыз қалдырады, кикілжің ең басында жойылады.

Бірақ көбіне қуылғанның қорғаушысы шеттетілген адамға айналады. Мысалы, егер бала мұғалімнің еркіне бағынып, шеттетілген адаммен бір партада отыруға мәжбүр болса, онда ол өз әріптесінің қорқытуына белсенді түрде қатыса бастамаса, ол бірте-бірте келекенің объектісіне айналуы мүмкін.

**Арандатушылар**. Әдетте, сыныптағы бір немесе екі адам қорлауды бастайды. Белгілі бір себептермен олар сыныптастарының бірін ұнатпайды және олар оны мазақтай бастайды, қорлай бастайды, келекелейді, одан демонстрациялық түрде қашып, ойынға қоспай бастайды.

Көбінесе қудалаудың негізі - өзін көрсетуге және ерекшеленуге ұмтылу. Өте сирек қорлау жеке кек алудың нәтижесі болып табылады.

Әйгілі норвегиялық психолог Дэн Олвейс мектептегі буллинг бастамашысы болып табылмайтын балаларда ұқсас мінез-құлық белгілерін табуға болатынына қарамастан, келесі типтік белгілерді атап өтті. Бұл қандай балалар?

* Бұл «үстемдік» және бағыну арқылы өз мақсаттарына жету әлдеқайда оңай болатынына сенімді балалар;
* Өзінің құрбандарына жанашырлық таныта алмау;
* Физикалық мықты ұлдар;
* Оңай қозғыш және өте импульсивті, агрессивті мінез-құлық.
* Көңіл орталығында болғысы келетіндер;
* Жәбірленушіден өзінің артықшылығына сенімді;
* Жоғары деңгейдегі ұмтылыспен;
* Сыныпта көшбасшы болуды армандау;
* Өзін-өзі растау үшін құрбанды «қажет» агрессивті балалар;
* ымыраға келмейтін балалар;
* Әлсіз өзін-өзі бақылаумен;
* Қай сыныптастары оларға қарсы болмайтынын интуитивті түрде сезіну.

Сонымен, буллингтің бастамашылары болуы мүмкін:

* сыныпта көшбасшы рөліне ұмтылатын белсенді, көпшіл балалар;
* өзін-өзі растау үшін дәрменсіз құрбанды тапқан агрессивті балалар;
* кез келген жағдайда назар орталығында болуға ұмтылатын балалар;
* басқаларға артықшылық сезімімен қарауға, барлығын «өздікі» және «өзге» деп екіге бөлуге дағдыланған балалар (осындай шовинизм немесе немқұрайлылық отбасында дұрыс тәрбиенің нәтижесі);
* басқаларға жанашырлық таныта алмайтын және өзін басқалардың орнына қоя алмайтын эгоцентриктер;
* максималистер, ымыраға келгісі келмейтін балалар (әсіресе жасөспірім кезінде).

**Қуғыншылар.** Жоғарыда айтылғандай, қорлауды қоздырушылар

бірнеше адам, қалғандарының барлығы олардың ізбасарлары. Олар бірге

олар қуылғандардың сәтсіздіктеріне қуана күледі, заттарын дәретханаға тығыйды,

қорлайтын лақап аттарды алыңыз, оны итермелеу, қорлау немесе оны жіберіп алмаңыз

олар оны көрнекі түрде елемейді және оны өз ойындарына қабылдағысы келмейді. Неліктен?

Жақындарына мейірімді және сезімтал балалар тирандарға айналады

жеке өздеріне ешқандай жамандық жасамаған құрдасы үшін бе?

*Біріншіден,* жігіттердің көпшілігі табын инстинкті деп аталатын «бәрі кетті, мен бардым, барлығы итеріп жіберді, мен итеріп жібердім» дегенге бағынады. Бала не болып жатқанын ойламайды, ол жай ғана жалпы көңіл көтеруге қатысады. Жәбірленушінің сол сәтте не сезінетінін, оның қаншалықты ауыр, қорлайтын және қорқатыны оның ойына да келмейді.

*Екіншіден,*кейбіреулер мұны сынып жетекшісінің ықыласына ие болу үшін жасайды.

*Үшіншіден,* кейбір адамдар қорқытуға жалығудан, көңіл көтеру үшін қатысады (олар бірдей ынтамен доп тебеді немесе тег ойнайды).

*Төртіншіден,* кейбір балалар сол жағдайға тап болудан қорқып, шеттетілгендерді белсенді түрде қорқытады немесе көпшілікке қарсы шығуға батылы бармайды.

*Және ақырында,*қудалаушылардың аз пайызы осылайша өздерін бекітеді, бірдеңедегі сәтсіздіктері үшін кек алады. Оларға арандатушы болу үшін күш жетіспейді, бірақ олар басқа біреудің бастамасын ықыласпен қабылдайды. Көбінесе бұлар аулада қорлық көріп, үлкендер ренжітетін, ата-анасы тарапынан қатаң жазаға тартылған, оқуда сәтсіздікке ұшырап, сыныптастарының жанашырлығын тудырмайтын балалар. Қуғын-сүргінге ұшыраған балалардың келесі психологиялық ерекшеліктерін анықтауға болады:

* Олар тәуелді, басқалардың ықпалына оңай түседі және бастамашыл.
* Конформистер, әрқашан ережелерді, белгілі бір стандарттарды сақтауға тырысыңыз (мектеп ережелеріне қатысты барлық нәрседе өте ұқыпты және заңды).
* Олар болып жатқан оқиға үшін өз жауапкершілігін мойындауға бейім емес (көбінесе олар басқаларды кінәлі деп санайды).
* Олар көбінесе үлкендер тарапынан қатаң бақылауға алынады (ата-аналары өте талапшыл және физикалық жаза қолдануға бейім).
* Эгоцентристік, өзін басқа біреудің орнына қоя алмайды. Олар өз мінез-құлқының салдары туралы ойлауға бейім емес (әңгімелесуде олар: «Мен бұл туралы ойлаған да жоқпын» деп жиі айтады).
* Олар өздеріне сенімді емес, олар «достықты» және сынып жетекшілерінің сенімін бағалайды (социометриялық зерттеулерде олар ең аз дауыс алады, сыныптағы ешкіммен өзара дауыс жоқ).
* Қорқақ және ашулы.

Даму психологиясының табиғи заңдылықтарымен байланысты жасөспірімдер қатыгездігінің тағы бір аспектісі – топта болатын қатыгездік. Тіпті тобырдағы ересек адам да өзіне тән емес, кейде өзінің моральдық қағидаларына қайшы келетін әрекеттерді жасай бастайды. Белгілі бір жағдайларда зорлық-зомбылыққа бейім емес адам кенеттен қатыгездік танытуы мүмкін. Көпшілік заңы бойынша жалпы интеллект төмендеп, жасалған іс үшін жеке жауапкершілік жойылады. Сонымен қатар, жасөспірімнің құрдастар тобына жататындығы өте маңызды екенін білеміз, ал топтан тыс қалудан, құрбыларының мазағына айналудан қорқу, жасөспірімді топтың іс-әрекетіне қатысуға ситуациялық түрде итермелеуі мүмкін. Кейіннен психологтың кабинетінде жеке-жеке тексерілгенде, мұндай оқиғаларға қатысушылардың кейбіреулері олардың қалай ұжымдық қатыгез мінез-құлыққа қатысушылар болғанын шынымен түсінбейді;

Құрбандар. Буллинг құрбандары әдетте, бірақ әрқашан емес, сезімтал және өздерін қорғай алмайтын балалар. Жиі ойлағандай агрессивті мінез-құлыққа бейім емес балалар емес, табандылық жетіспейтін, сенімділік танытып, оны қорғауды білмейтін балалар. Ең ықтимал құрбаны - қорлау немесе қатыгез әзіл оған әсер етпейтіндей көрінуге тырысатын студент, бірақ оның беті оны береді (қызарып кетеді немесе қатты шиеленіседі, көзінен жас шығуы мүмкін). Өздерінің осалдығын жасыра алмайтын балалар күшке құмар агрессордың қайталанатын оқиғасын тудыруы мүмкін. Дэн Олвейстің американдық зерттеулері құрбандардың екі түрін анықтауға мүмкіндік береді: Біріншісі: өздерінің әлсіз жақтарын жасыра алмайтындар (денелік тұрғыдан әлсіз, өзіне сенімсіз, эмоционалды реактивті, мазасыз балалар және өз құрбыларының ортасынан гөрі мұғалімдердің компаниясын артық көретіндер).

*Екіншісі:*байқамай өзіне деген теріс көзқарасты тудыратын балалар. Екінші санатқа арандату әрекеттеріне орынсыз (тым зорлық-зомбылықпен) әрекет ететін (мінез-құлқы көрермендер арасында күлкі тудыратындай), жаман әдеттерге байланысты қарым-қатынасқа түсуге жағымсыз (мысалы, жалқау) балалар, сондай-ақ ересектер арасында белсенді дұшпандық тудыратын балалар жатады. Сондай-ақ мұғалімнің өзі топтағы жағымсыз оқушыны бөліп алып, оны көпшілік алдында қорлау арқылы мектеп оқушылары үшін қолайлы мінез-құлық стандарттарын белгілейді.

Бақылаушылар. Мектептегі қорқыту жағдайында балалардың көпшілігі бақылаушы болып табылады. Сондай-ақ олар тәжірибені түсіну үшін маңызды көмекке мұқтаж. Барлық көрермендер, қорлаудың куәгерлері, тіпті араласпаса да, реакция жасамаса да, әрине, үлкен психологиялық қысымды бастан кешіреді. Қорқытудан аман қалғандар мектепте жиі қорқынышты, сондай-ақ жарақаттан аман қалғандарға тән сезімді - зорлық-зомбылық алдында дәрменсіздікті сезінеді. Тіпті оларға тікелей бағытталмаған болса да. Олар тіпті тұрмағаны үшін немесе кейбір жағдайларда қорқытуға қосылғаны үшін өзін кінәлі сезінуі мүмкін. Мұның бәрі мектептегі көзқарастар мен нормаларды бірте-бірте өзгертіп, оларды жәбірленушілерге цинизм мен аяусыз етеді.

**Егер сіздің балаңыз қорлаудың құрбаны болса**

Балалардың көпшілігі қорқытып жатқанын мойындаудан ұялады. Олар бұл туралы ешкімге айтпауы мүмкін. Егер сіздің балаңыз сізге көмек сұрап келсе, оны байыппен қабылдаңыз. Егер бала бірінші рет көмек сұраса, бірақ оған мән бермесе, ол сізге екінші рет жүгінбейді.

**Баланың қорлаудың құрбаны болғанын қалай анықтауға болады?**

***Міне, назар аудару керек белгілер.***

* Сіздің балаңыз: - сыныптастарының немесе құрдастарының ешқайсысын үйге әкелмейді және бос уақытын үнемі үйде толығымен жалғыз өткізеді.
* Бос уақытын бірге өткізетін жақын достары жоқ (спорт, компьютерлік ойындар, музыка, телефонмен ұзақ сөйлесу).
* Сыныптастары оны туған күндерге, мерекелерге сирек шақырады немесе өзі ешкім келмейді деп қорқып, орнына ешкімді шақырмайды.
* Таңертең ол жиі бас ауруы, асқазанның бұзылуына шағымданады немесе сабаққа бармау үшін қандай да бір сылтау ойлап табады;
* Ойшыл, тұйық, тәбетсіз тамақ ішеді, мазасыз ұйықтайды, ұйқысында жылайды немесе айғайлайды.
* Оның пессимистік көңіл-күйі бар, ол оқу орнына барудан қорқамын немесе өз-өзіне қол жұмсаймын деп айтуы мүмкін.
* Оның мінез-құлқы көңіл-күйдің күрт өзгеруін көрсетеді.
* Ол өзінің ашуын, ренішін, тітіркенуін ата-анасына, туыстарына және әлсіз заттарға (інілері мен әпкелеріне, үй жануарларына) шығарады.
* Өзінің теріс қылықтарының себебін нақты түсіндірместен ақша сұрайды немесе жасырын түрде алады (ірі сомалар, қымбат заттар немесе зергерлік бұйымдар жоғалып кеткен жағдайда ерекше алаңдаушылық таныту керек - ақша бопсалаушылардың жазасын өтеуге немесе алкоголь немесе есірткі сатып алуға жұмсалуы мүмкін).
* Ол үйге аздап сыдырылған және көгергенімен келеді, заттары олармен еденді біреу сүрткен сияқты; кітаптар, дәптер, сөмкелер жарамсыз күйде.
* Оқу орнына баратын дәстүрлі емес бағытты таңдайды.

**Мектептегі буллингтің құрбаны болған балаңызға қалай көмектесуге болады**

- ең алдымен, оның басынан өткен оқиғаның шынайы себебін түсіну;

- сіздің балаңыз шынымен де мектептегі қорлаудың құрбаны болғанына көз жеткізіңіз;

- бұл туралы мұғалім мен мектеп психологына хабарлау;

- қалыптасқан жағдайдан шығу жолдарын бірлесіп іздеу;

- егер бала болған оқиғадан қатты қорқып, есеңгіреп қалса, оны келесі күні мектепке жібермеңіз;

- егер бала қатты күйзеліске ұшыраса, оны басқа сыныпқа немесе тіпті басқа мектепке ауыстыруға тырысыңыз;

- жарақаттан кейінгі стресс синдромы дамыған жағдайда дереу мамандарға хабарласыңыз;

- баламен болған оқиғаны ешқашан елемеңіз және заттардың сырғып кетуіне жол бермеңіз.

- баланы тыныштандырып, келесі сөздермен қолдаңыз: «Маған айтқаныңыз жақсы болды. «Сіз дұрыс істедіңіз»; «Мен саған сенемін»; «Бұл сенің кінәң емес»; «Бұл жағдайда сіз жалғыз емессіз, бұл басқа балаларда да болады; «Кешіріңіз, бұл сіздің басыңыздан өтті».

Үміт үзбеңіз, егер бала өзін мектептегі зорлық-зомбылықтың құрбаны деп тапса, оған қолдау көрсетіңіз және бұл жағдайдан шығу үшін бірге ресурстарды іздеңіз. Оның өмірінде өзін сенімді сезінетін салалар бар екенін, мәселені шешуге қатыса алатын адамдар (сыныптастары, туыстары, ата-аналары) бар екенін, оның назарын аудару маңызды «табыс аймақтары» бар екенін еске түсіріңіз. Бұл балаға өзін-өзі бағалауды қалпына келтіруге көмектеседі. Көбінесе бала өзін қудалаушыны ақтайды, болып жатқан оқиға үшін өзін кінәлайды. Баламен агрессордың мінез-құлқының мотивтерін талқылау керек: өзін-өзі растау, ол бастан кешірген зорлық-зомбылық үшін психологиялық өтемақы, сыртқы әлемнің агрессиясынан өзін-өзі қорғау түрі. Шешім қарапайым болуы мүмкін, бірақ күйзеліске ұшыраған баланың қолында бар ресурстарды пайдалану ойына келмейді. Кейде азғантай араласу, қорғауға ниетті қарапайым демонстрация қудалауды тоқтату үшін жеткілікті.

**Ата-аналар буллингтің алдын алуда маңызды рөл атқара алады.**.

Бұл туралы бірнеше кеңестер:

* Балаларды проблемаларды сындарлы, агрессиясыз шешуге үйретіңіздер, табысқа жеткенде оларды мадақтаңдар..
* Өздерін жақсы ұстағанда оларды мақтау, бұл олардың өзін-өзі бағалауын көтеруге көмектеседі. Балаларға өз көзқарасын қорғай алуы үшін өзіне деген сенім қажет.
* Балалардан оқу орнындағы күндерінің қалай өткенін сұраңыз, олардың сыныптастары мен мәселелері, оқу орны туралы айтқан сөздерін мұқият тыңдаңыз.
* Буллингті байыппен қабылдаңыз. Балалардың көпшілігі буллинг туралы айтудан ұялады. Сіздің балаңызға көмектесуге бір ғана мүмкіндік болуы мүмкін.
* Егер сіз біреуді қорлап жатқанын көрсеңіз,
* құқық бұзушы сіздің балаңыз болса да, міндетті түрде балаға қарсы тұрыңыз.Балаңызды мұқтаж адамдарға көмектесуге шақырыңыз.
* Өзіңіз ешкімді ренжітпеңіз. Егер балалар үйде қорқытылатын болса, олар ашуын басқалардан шығарады. Егер сіздің балаңыз біреуді қорлағаныңызды, мазақ еткеніңізді немесе ғайбаттап жатқаныңызды көрсе, ол да солай істейді.

***Балаңызға мұқият болыңыз, онымен сенімді қарым-қатынаста болуға ұмтылыңыз, қиын жағдайда оған қолдау көрсетіңіз, педагогтардан, психологтардан және білім беру ұйымының басшыларынан көмек сұраңыз!***