

## Цікаві факти про

## булінг в школі

Т 25.05.2020

**БУЛІНГ**

**67%** дітей стикаються з булінгом в Україні

Впевненість у собі та висока самооцінка - ефективні аспекти протистояння цьуванню

**Що тобі допоможе?**

- Приєднуйся до груп, які пропонує школа (спортивні гуртки, редакція газети, шкільний парламент, ансамбль). Цікаві діяльності та хобі одразу ж привернуть увагу друзів та нададуть самовпевненість.
- Знайди час на відпочинок та хистайся. Розслаблений потрібен кожному талу, мезку та поведінці. Це допоможе тобі впевненіше зустрітись та захищатися.
- Займайся фізичними вправами. Це відведе талу та рівень енергії. Ти також вийдеш з кризи фізично і емоційно.
- Займайся творчістю - танцюй, співай, малюй, фотографуй, майструй - роби все, що приходить тобі на думку. Це робить нас щасливішими.

**Будь сильним!** Не дозволяй думкам однієї людини/групи людей пригнічувати твою особистість.

**Проявляй себе. Ми всі різні і в той же час всі рівні.**

Національна дитяча "Україна" лінія  
0-800-500-225  
06111

Можливо дещо з цього тобі вже буде знайомим, а дещо - зовсім новим та неочікуваним. Дізнайся цікаві факти щодо булінгу та його наслідків.

- Майже у 60% випадків булінгу, ситуація змушує припиняється, коли втручається одноліток. Ти можеш втрутитись, сказавши учню якого захирають - що він не один, запросити його разом провести вільний час, або допомогти йому розказати про все комусь з дорослих і отримати допомогу.
- Чи знаєш ти, що увівши у пошук термін "булінг", ти знайдеш більше 101 мільйона результатів. Серйозно, перевір.
- Менше 30% хлопців та 40% дівчат віком до 14 років - говорять з однолітками про те, що з них насміхаються або змушуються.
- Більше 20% учнів старших класів повідомили про те, що потерпали від булінгу в минулому році.
- Немає жодної характеристики або причини, через що одна дитина насміхається над іншою. Булінг може трапитись з будь-ким.
- 64% учнів, які зазнали змушувань - ніколи не повідомляли про це дорослим. Дуже важливим є повідомляти про всі ситуації булінгу, які ти спостерігав, оскільки той учень, який став об'єктом булінгу, може ще не бути готовим розказати про це дорослим та звернутись по допомогу.
- 70% учнів повідомляють про те, що вони спостерігали випадки булінгу он-лайн (в соціальних мережах). Якщо ти бачиш, що з когось глузують

або принижуть в Інтернет-мережі - ти можеш відповісти підтримавши людину, яку ображають. Уяви, яким би став Інтернет-простір, якби він був повний позитивних коментарів, замість негативних.

- Ролі учнів в ситуації булінгу (жертви, ініціатора, свідка) можуть змінюватись з часом. Часто підлітки, які чинять насильство по відношенню до інших - самі потерпали раніше від нього. Учень, якого образили та принизили вранці дорогою до школи - може насміхатися з молодшого учня після уроків.