

БУЛІНГ МОБІНГ ХАРАСМЕНТ

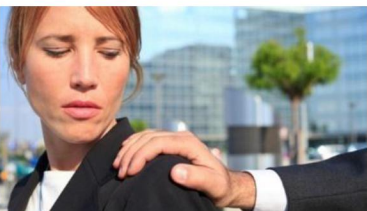


Булінг — прояв агресії з подальшим залякуванням особистості, цькування та погрози, моральне приниження.

«Булінг фактично є зменшеною копією терористичного акту»



Мобінг — «психологічний тиск», систематичне вороже і неетичне ставлення одного або кількох людей проти іншої людини



Харасмент — будь-які образи за **статевою ознакою**, непристойні жарти і висловлювання на вашу адресу.





ЩО ТАКЕ БУЛІНГ?

Булінг (від англ. to bull — переслідувати) — це агресивна свідома поведінка однієї дитини (або групи) стосовно іншої, що супроводжується регулярним фізичним і психологічним тиском та є гострою проблемою сучасності.

Дослідники зазначають, що булінг відрізняється від сварки між дітьми тим, що:

- він супроводжується реальним фізичним чи психологічним насиллям: жертву висміюють, залякують, б'ють, розповсюджують плітки, оприлюднюють особисту інформацію та фото в соціальних мережах;
- в ситуації завжди беруть участь три сторони: той, хто переслідує, той, кого переслідують, та ті, хто спостерігають;
- він негативно впливає на всіх учасників, на їхнє фізичне та психічне здоров'я;

- може виникати спонтанно, коли несподівано для себе дитина опиняється або в ситуації переслідування, або приєднується до переслідувача;
- він може повторюватися багато разів.

Яким буває булінг?

Цькування може мати різні форми:

- **Фізичний булінг** (штовхання, підніжки, бійки, стусани, нанесення тілесних ушкоджень).
- **Вербальне цькування** (обзивання чи глузування).
- **Булінг стосунків** (relational bullying) — явище

соціального вигнання — коли дітей ігнорують, не допускають до ігор та вечірок, або вони стають жертвами чуток чи інших форм публічного приниження.

- **Кібербулінг** (приниження за допомогою Інтернету, мобільних телефонів та інших електронних гаджетів). Кіберагресори створюють публікації, що принижують гідність жертв, відправляють їм повідомлення з погрозами, викладають фотографії і відео зі знущаннями.

Інтернет додає булінгу таких ознак:

- цілодобове втручання в особисте життя (цькування не має часового чи географічного обмеження);

необмеженість аудиторії;

- блискавичність поширення інформації;
- можливість анонімного переслідування.

Усі форми булінгу — фізичний, вербальний, кібер та стосунків — мають тенденцію виникати одночасно.



Чому діти булять?

Діти-агресори не до кінця розуміють, якої шкоди та страждань вони завдають. Булери вважають смішним знущання над слабшою дитиною.

Отримуючи схвалення з боку друзів-спостерігачів, вони відчують себе сильними та «крутими».

Деякі діти булять, тому що самі постраждали від насильства (вдома, в спортивній секції, в іншій школі тощо). В таких випадках вони можуть зганяти свій біль через знущання й приниження слабших за себе.

До того ж, нападаючи на когось, вони захищаються від цькування. Іноді такі діти дуже імпульсивні й не можуть контролювати свій гнів. В таких випадках справа нерідко доходить до фізичного насильства.

Хто стає жертвою булінгу?

В групі ризику може опинитися будь-яка дитина, яка

вирізняється із загального кола своїх однолітків. Дітей можуть цькувати за:

- зовнішній вигляд (підґрунтям для глузувань може стати занадто високий або занадто низький зріст, вага тіла, національність, фізичні обмеження);
- успішність або неуспішність у навчанні;
- матеріальні можливості; о особливості характеру.

Крім того, жертвою булінгу може стати той, кому складно спілкуватися з однолітками, хто поводить себе відлюдкувато чи, навпаки, провокативно.

Варто зазначити, що сором'язливі та закриті до

спілкування діти стають жертвами булінгу в 2 рази частіше.

Всі ці риси не обов'язково, але можуть призводити до цькування (зазвичай у школі чи в соціальних мережах).

До чого призводить булінг?

Особливість цькування в тому, що він негативно впливає на всіх учасників (жертв, агресорів та спостерігачів) та має деструктивні наслідки в їхньому майбутньому житті:

- ◆◆◆ Жертви втрачають відчуття безпеки, перебувають у стані безпорадності та страху, втрачають повагу до себе та інтерес до навчання. Булінг провокує тривожні

та депресивні розлади, пригнічує імунітет, може призводити до розладів харчової поведінки (анорексія, булімія) та виникнення суїцидальних думок.

- ◆◆◆ За даними досліджень у Фінляндії, діти, які стали жертвою переслідувань, у 4 рази більш схильні до суїцидальних настроїв, ніж їхні однолітки, які не були об'єктами булінгу.
- ◆◆◆ Агресори частіше за інших потрапляють у ситуації, де проявляється насилля та порушуються закони, мають досвід вживання алкоголю й наркотичних речовин.
- ◆◆◆ Спостерігачі часто страждають від відчуття

безпорадності, етичного конфлікту, схильні до депресивних станів чи перезбудження, намагаються менше відвідувати заклад освіти.

Дослідники стверджують, що навіть поодинокий випадок булінгу залишає глибокий емоційний слід у психіці дитини.



МОБІНГ – «ПСИХОЛОГІЧНИЙ ТИСК»

Мобінг – здійснюється з метою змусити людину змінитися

Мобінг виражається:

- ☐ В постійній і часто необґрунтованій критиці
- ☐ Поширенні завідомо неправдивої інформації (чуток і пліток)
- ☐ Бойкоти, соціальна ізоляція
- ☐ Приховування необхідної інформації

Причини мобінгу

- ☐ Бажання помститися
- ☐ Жадоба влади
- ☐ Особиста злоба, викликана страхами або заздрістю
- ☐ **«Біла ворона»** — люди, що відрізняються від більшості, ті, хто хоч в чомусь виявився «не схожим на інших» тощо



Наслідки мобінгу

Люди, що піддаються емоційному насильству:

- ☐ стають психологічно нестабільними
- ☐ потрапляють в соціальну ізоляцію
- ☐ стають вразливими, невпевненими і безпорадними
- ☐ падає самооцінка
- ☐ з'являються характерні стресу симптоми – головний біль, застуда, неможливість швидко заснути...
- ☐ розвиваються хронічні захворювання (психосоматика)
- ☐ втрачається концентрація уваги та розумової працездатності (нерідкі випадки інфарктів)



**Наслідки колективного психологічного терору
негативно позначаються
на близьких і рідних цих людей**

ПРОФІЛАКТИКА ТА ЗАПОБІГАННЯ МОБІНГУ

- Формувати в студентському колективі здоровий психологічний клімат
- Створювати нетерпимість у відношенні до студентів і припиняти будь-які інтриги



Будьте доброзичливі з колективом студентів

Знайдіть золоту середину між тим, щоб не виділятися з колективу і зберегти своє обличчя.

Ніколи не принижуйте свого одногрупника

Не пліткуйте і не осуджуйте

Сумлінно виконуйте свої обов'язки

**Психологи радять
при безперервному мобінгу
покинути агресивно налаштований колектив**

ХАРАСМЕНТ – ЩО ЦЕ?

Сексуальне домагання на робочому місці

- порушення етики ділової поведінки.

В багатьох країнах у зв'язку зі збільшенням числа працюючих жінок сексуальне домагання стало розглядатися як серйозне порушення прав людини.

За даними МОП (**Міжнародної організації праці**),
від 15 до 20% працюючих жінок
в розвинених країнах є жертвами харасмента,
і тільки третя частина з них подає скарги до суду.

Сексуальне домагання – це
неприємна поведінка сексуального характеру,
в якому має місце застосування влади.

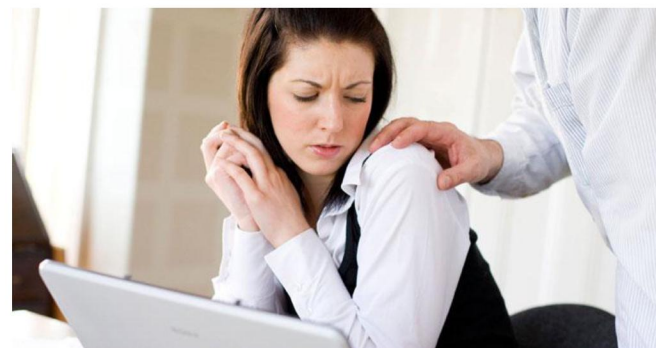
ФОРМИ СЕКСУАЛЬНОГО ДОМАГАННЯ

1. **Вербальні:** коментарі з приводу зовнішності, тіла, одягу; непристойні ремарки; запитання та коментарі, що стосуються інтимної (статевої) життя; пропозиція сексуальних відносин; вимоги сексуального характеру; обіцянки або загрози, що стосуються умов роботи (просування по службі та ін.), в обмін на сексуальні послуги.



2. **Невербальні:** неприховане роздивляння тіла людини; демонстрація матеріалів сексуального характеру (фотографій в журналах, Інтернеті та ін.).

3. **Фізичні:** дотики, поцілунки, обійми тощо; схиляння до сексуальних відносин; зґвалтування.



Будь-який співробітник може стати жертвою домагання

ПОКАРАННЯ ЗА СЕКСУАЛЬНЕ ДОМАГАННЯ



У Франції залицяльник, що дозволяє собі непристойну поведінку сексуального характеру і агресивно поводить, може бути **оштрафований на суму до 750 євро**.

У США цьому питанню приділяють дуже велику увагу, там є чіткі і суворі закони, спрямовані на запобігання і покарання харасмента.

Перший судовий розгляд у справі про сексуальне домагання відбувся в 1975 г.

Після завершення цього гучного процесу американський жіночий журнал **Redbook** провів опитування, в ході якого **з'ясувалося, що Харасмент на службі піддавалися 80% опитаних читачок**.

**Скажи разом
з нами
«Ні!»
булінгу !**

Булінг — прояв агресії



Мобінг — «психологічний тиск»

**Харасмент — будь-які
образи за статевою
ознакою**



**Сексуальні домагання
на роботі**



Не будьмо байдужими,
не допустимо насилля!
Усе у наших руках !!!