**Булінг у дошкільнят і в початковій школі**

Олена Жупанова розглядає випадки цькування серед малюків і пояснює, як можна цьому запобігти.

~~Щ~~ойно тема розмови стосується **булінгу**, відразу уявляється середня та старша школи, а особливо, підлітки, які не вміють контролювати власні емоційні реакції. Через це усі внутрішні невирішені психологічні проблеми перетворюються на агресію. Але цькування може стосуватися не тільки старших дітей, але й молодших.

**Олена Жупанова**, тренерка Української асоціації дитячих центрів України та вчителька англійської мови, на своїй сторінці у Фейсбуці детально характеризує явище булінгу у дошкільнят і в початковій школі.

Я працюю з дітьми від 2 до 10 років. У віці від 4-5 років такі ситуації вже можуть виникати. Булінг у дошкільнят/молодших школярів не є таким вираженим, як у старших дітей. Я би назвала це перед-булінгом. Тобто ситуації, які, якщо їх не зупинити, можуть згодом розвинутися у справжнє цькування.

Пані Олена називає такі **ознаки булінгу:**

**♦ Періодичність**  
**♦ Спрямованість проти конкретної дитини – «жертви»**  
**♦ Наявність «агресора» і «спостерігачів»**

*У дітей молодшого віку це відбувається час від часу.*

**♦ Виключення однією дитини з гри, або постійне надання їй другорядних ролей в рольовій грі:**  
*«Ми з Вікою не дружимо»,*  
*«Ми будемо сім'я, а ти - наша собачка. Чекай нас тут, нікуди не ходи».*

**♦ Дружба групою «проти» когось**

**♦ Переказування «секретів» про дитину, тобто плітки. Діти називають це «намовляти на когось»:**  
*«Я з вами не буду дружити, ви на мене намовляєте».*

**♦ Дражнилки, смішні і принизливі прізвиська**

**♦ Фізична агресія - штовхання, биття, смикання за волосся чи одяг тощо.**

Як не дивно, фізичну агресію зупинити і проговорити мені найлегше. Тому що переважно всім, навіть найменшим, зрозуміло, що битися – це погано, а дорослі одразу звертають на це увагу.

Пані Олена підкреслює, що **діти НЕ РОЗУМІЮТЬ**, що роблять щось неправильне. Це важливо пам'ятати дорослим, які поруч з дітьми.

**Які є методи боротьби?**

 ♦ негайне реагування, якщо ситуація відбувається прямо зараз;  
 ♦ профілактика виникнення таких ситуацій.

**Негайне реагування:**

* зупинити те, що відбувається, словами: «Стоп! Ми так не робимо. Ми не називаємо інших діток образливими словами. Від цього їм і мені стає сумно»;
* підтримуємо «жертву» вербально, чи легко обіймаємо;
* заохочуємо дітей-«спостерігачів» підтримати жертву;
* не виголошуємо довгих лекцій про те, що так робити не можна. Це сприяє повторенню ситуації, адже «агресор» отримує увагу до себе.

Для **профілактики булінгу** я маю не так багато часу, як наприклад, в садочках чи школах. Там є можливість робити заняття з розвитку емпатії, емоційного інтелекту, екологічного вираження агресії. У мене заняття з англійської, 45 хвилин двічі на тиждень.

Періодично вчителька використовує  **методику протидії булінгу:**

* антибулінгова вправа (нижче);
* розмова із школярами про те, що таке булінг, чому це погано і чому про це обов'язково слід розповідати дорослим.

**Антибулінгова вправа від Олени Жупанової:**

