

მშობლები ბულინგის წინააღმდეგ

ავტორი [მეგი კავთუაშვილი](#)

ბულინგი უმეტესად სკოლის შენობაში ხდება, გაკვეთილების დროს ან შემდეგ, ასევე, სკოლის საპირფარეოში, სპორტულ მოედანზე და სასკოლო ტრანსპორტში, სკოლამდე მისასვლელ გზაზე ან მოსწავლეთა სამეზობლოში. ნებისმიერ შემთხვევაში, ჩაგვრის შემთხვევები არ უნდა დარჩეს რეაქციის გარეშე. სკოლას უნდა ჰქონდეს ბულინგის მართვის პროტოკოლი, რომელშიც ყველა რგოლს თავისი როლი ექნება, მათ შორის მშობლებს.

თანატოლთა შორის ჩაგვრა მსოფლიოში გავრცელებული პრობლემაა. განვითარებულ ქვეყნებში დიდი ხანია, არსებობს ანტიბულინგური პროგრამები, რომელთა ერთ-ერთი ძლიერი რგოლი სწორედ მშობელია.

მშობლები ერთ-ერთი ყველაზე მნიშვნელოვანი ჯგუფია, რომელიც თავისი ღირებულებებით, დამოკიდებულებებითა და ქცევით მაღალ გავლენას ახდენს ბულინგის პრევენციასა თუ კრიზისული შემთხვევების მართვაზე. მტკიცებულებებზე დაფუძნებული პრაქტიკა აჩვენებს, რაც უფრო ადრე დაიწყებს მშობელი შვილის ქცევებზე დაკვირვებას, მით უფრო შემცირდება ბულინგის რისკები. თუ მშობლები მხარს დაუჭერენ ისეთი უნარ-ჩვევების ჩანერგვას, როგორებიცაა, ემპათია, სხვისი დახმარება, ემოციების გაზიარება და სხვა, მოზარდებში აგრესიული ქცევები შემცირდება. ამისთვის კი მშობლებს თავად სჭირდებათ უნარი, დროულად აღმოაჩინონ ბავშვის ქცევითი და ემოციური პრობლემები, ძალადობისთვის სარისკო ქცევები.

მკვლევრების ნაშრომების მიხედვით, სპეციალისტებმა მშობლებს მეტი ინფორმაცია უნდა მიაწოდონ ბულინგის შესახებ, რათა მათ შეძლონ ბავშვების დაცვა თანატოლთა ჩაგვრისგან. ინფორმირებულ მშობლებს ადარ გაუჭირდებათ ბულინგის პრევენცია ან კრიზისულ სიტუაციაში მართებული ჩართვა.

იმისთვის, რომ მშობელმა თავისი როლი შეასრულოს, მას უნდა შეეძლოს ბულინგის გარჩევა უწყინარი ხუმრობისგან. ამაში, შემდეგი მახასიათებლები დაეხმარებათ:

როცა ბავშვები ხუმრობენ:

- შემთხვევა ერთჯერადია;
- მოვლენაც ერთჯერადია და „მსხვერპლიც“;
- მხარეებს შორის დაძაბულობა აქამდე არ შეინიშნებოდა;
- ორივე მხარე თანაბრად ნაწყენი ან გაბრაზებულია;

- შემთხვევა არ მომხდარა ძალაუფლების ან კონტროლის მოსაპოვებლად;
- ერთ მხარეს მეორისგან არ უნდა რაიმეს მოპოვება ან დამტკიცება;
- მხარე, რომელმაც ზიანი მიაყენა, გულწრფელად წუხს, აქვს პასუხისმგებლობის განცდა;
- მხარე, რომელმაც ზიანი მიაყენა, დგამს ნაბიჯს პრობლემის მოსაგვარებლად.

ბულინგის დროს:

- ინციდენტი განმეორებადია და მისი მონაწილეები (მსხვერპლი და აგრესორი) არ იცვლებიან;
- ზიანის მიყენება წინასწარ განზრახულია;
- მხარეებს შორის დაძაბული ურთიერთობაა;
- აგრესორი ჩანს მშვიდი, ხოლო მსხვერპლი ნაწყენია ან ეტყობა მძაფრი ემოციური რეაქცია;
- სიტუაციაში წამყვანია ძალაუფლებისა და კონტროლის დემონსტრირება, რაიმეს მიღების ან რაიმეს საჯაროდ დამტკიცების სურვილი;
- აგრესორი ცდილობს მომხდარის მინიმიზებას, აქვს განზრახვა, ყველაფერი გადააბრალოს სხვას ან თავად მსხვერპლს;
- აგრესორი არ გრძნობს პასუხისმგებლობას მომხდარზე;
- აგრესორი არ მიდის არანაირ კომპრომისზე და არ ცდილობს პრობლემის გადაჭრას, მოგვარებას.

ამ მახასიათებლების გარდა, მშობლებმა უნდა იცოდნენ, რომ ბულინგი ყოველთვის თვალსაჩინო არ არის. ხშირად დაკვირვება, ინფორმაციის მოგროვება და ანალიზია საჭირო იმის დასადგენად, ნამდვილად ბულინგთან გვაქვს საქმე თუ არა. შესაძლოა პირდაპირი ჩაგვრა არც ხდებოდეს, თუმცა თუ ბავშვების ერთი ჯგუფი მეორეს არ იმჩნევს, იგნორირებას უკეთებს, საერთო საქმეში ჩართვის შესაძლებლობას არ აძლევს, ესეც ბულინგის ერთ-ერთ ირიბ ფორმად უნდა განვიხილოთ.

პირდაპირი ბულინგი კი შეიძლება გამოხატული იყოს სხვადასხვა ფორმით, მაგალითად: გამოჯავრება, მეტსახელის დაძახება, უხეში, დამამცირებელი, შეუსაბამო შინაარსის კომენტარები, მუქარა, ჯგუფიდან გარიყვა, შერცხვენა, ჭორების გავრცელება, სხვა ბავშვებისთვის იმის თქმა, რომ არ ემეგობრონ კონკრეტულ ადამიანს, დარტყმა, შეფურთხება, ფეხის დადება, ხელის კვრა, სხვისი ნივთის უნებართვოდ აღება/დამალვა/გაფუჭება, ღირსების შემლახავი ჟესტების ჩვენება.

თუ მშობელი ბავშვს ამჩნევს ფიზიკურ დაზიანებებს, რომელსაც არანაირი ახსნა არ აქვს, თუ ბავშვის კუთვნილი საგნები იკარგება ან ზიანდება, თუ ბავშვს სკოლაში წასვლის ემინია, თუ მისი აკადემიური მოსწრება დაბალია, თუ ბავშვი რეგულარულად სთხოვს მშობელს ფულს იმ მიზნით, რომ გამომძალველს მისცეს; თუ ბავშვი განერვიულებია, თავდაჯერებას კარგავს ან სტრესის ნიშნებს ავლენს, თუ ბავშვს აქვს ძილთან და/ან კვებასთან დაკავშირებული პრობლემები, შესაძლოა ის ბულინგის მსხვერპლი იყოს.

ერთ-ერთი მნიშვნელოვანი მეთოდი, რითაც მშობლებს შვილების დახმარება შეუძლიათ, ბავშვთან ბულინგის შესახებ საუბარია. ჩაგვრის შესახებ საუბარი ბავშვს ეხმარება, უკეთ გაიგოს, რა არის ის, რატომაა საზიანო. თუ მაინც მოხდა, რომ ბავშვი ბულინგის მსხვერპლი ან თავად მჩაგვრელია, ზრდასრულები უნდა ფლობდნენ პრობლემასთან გამკლავების სტრატეგიას:

როგორ უნდა მოიქცნენ ზრდასრულები მსხვერპლ ბავშვთან?

- არ დაადანაშაულონ ბავშვი იმის გამო, რომ ის ბულინგის სამიზნეა;
- არ წააქეზონ ბავშვი, რომ ჩხუბს ჩხუბით უპასუხოს;
- უთხრან ბავშვს, რომ ზრდასრულები მას დაიცავენ;
- უთხრან ბავშვს, რომ ყველაფერი გაკეთდება მისი უსაფრთხოებისთვის;
- განაცხადონ ბულინგის შესახებ სკოლაში და მიიღონ მხარდაჭერა სკოლის თანამშრომლებისგან;
- საჭიროების შემთხვევაში, თავად დაუკავშირდნენ მანდატურის სამსახურის ფსიქო-სოციალური მომსახურების ცენტრის ცხელ ხაზს ნომერზე 08 000 000 88 და მიიღონ ფსიქოლოგის მხარდაჭერა.

როგორ უნდა მოიქცნენ ზრდასრულები აგრესორთან?

- შეინარჩუნონ სიმშვიდე მასთან საუბარში; აღწერონ მისი ქცევა და დაარქვან სახელი;
- აუხსნან ბავშვს, რომ არავითარ შემთხვევაში არ მოითმენენ მის აგრესიულ ქცევას, მიუხედავად იმისა, თუ ვისკენაა ის მიმართული. დააწესონ სავსებით კონკრეტული და მკაცრი შეზღუდვები, რომლებსაც მიმართავენ ბულინგის გამეორების შემთხვევაში.
- შეახსენოს ანტიბულინგური წესების შესახებ, რომელიც სკოლაში მოქმედებს და ასეთი წესები უნდა იყოს ყველა სკოლაში;
- აგრესორმა მკაფიოდ უნდა მოისმინოს სიტყვები „მსგავსი ქცევა არ არის მიღებული და ზიანს აყენებს სხვას“.

როგორ უნდა მოიქცნენ ზრდასრულები ბულინგის შემსწრე ბავშვთან, რომელიც თავად არ მონაწილეობდა ინციდენტში, თუმცა იქვე იმყოფებოდა?

- მოუწოდონ, მხარი დაუჭირონ მსხვერპლს;
- განამტკიცონ და უთხრან, რომ მოსწონთ მისი გამბედაობა;
- მოუწოდონ, რომ ისაუბროს შემთხვევაზე, რაც ახლაც და მომავალშიც დაეხმარება მოსწავლეებს;
- უთხრან, რომ მოუწოდოს ბულინგში ჩართულ მხარეებს, გაჩერდნენ;
- წააქეზონ, რომ ბავშვმა ითხოვოს დახმარება უფროსისგან;
- თუ თვითმხილველი არ ერევა, ზრდასრულებმა უნდა აჩვენონ მაგალითი, როგორ გააკეთოს ეს.

ამ ინფორმაციის ცოდნა მშობლებს დაეხმარება, ობიექტურად შეაფასონ ბავშვებს შორის ურთიერთობები, დაგეგმონ ბულინგის პრევენციაზე მიმართული ღონისძიებები ან ადეკვატური რეაგირება ჰქონდეთ კრიზისულ შემთხვევებზე. ცხადია, ბულინგის დასაძლევად მშობლების სწორი ჩართულობა საკმარისი პირობა არ არის, თუმცა სკოლის მიერ შემუშავებული ანტიბულინგური პროგრამის ნაწილი ნამდვილად უნდა იყოს.

გამოყენებული რესურსები:

1. *SOS ბავშვთა სოფლის მიერ გამოცემული სახელმძღვანელო „ანტიბულინგური პროგრამა“ (პრაქტიკული სახელმძღვანელო ფსიქოლოგების, სოციალური მუშაკებისა და ბავშვზე ზრუნვის სფეროში მომუშავე სპეციალისტებისთვის) – ავტორები: მაია ცირამუა, ელენე ქორიძე.*
2. <https://phf.org.ge/ka/resources/bulingi/>