# **არა ძალადობას,ძალა უფლებებს!**

**რა არის ბულინგი?**

,,ბულინგი“- ეს არის ხანგრძლივი ფიზიკური და ფსიქიკური ძალადობა, ერთი ინდივიდის ან ჯგუფის მხრიდან, მეორე ინდივიდზე. ბულინგი სოციალური მოვლენაა და დამახასიათებელია ძირითადად ორგანიზებული ბავშვთა კოლექტივისათვის, პირველ რიგში კი ეს არის სკოლა. შესაბამისად, ხშირად ტერმინ ბულინგს სასკოლო ძალადობის სინონიმადაც იყენებენ. ბულინგი ვლინდება ფიზიკური და ფსიქოლოგიური ჩაგვრის სხვადასხვა ფორმით. ეს შეიძლება იყოს სისტემატიური დაცინვა (მსხვერპლის გარეგნობის ან პიროვნული მახასიათებლების), მსხვერპლის ნივთების დაზიანება, ფულის ან პირადი ნივთების გამოძალვა, მასხრად აგდება, დამცირება.

ფსიქოთერაპევტის თქმით, აუცილებელია გვახსოვდეს,რომ ის,ვინც ბულინგს მიმართავს, მიზნად მსხვერპლის დაშინებასა და დამორჩილებას ისახავს.

ძალადობის მსხვერპლი,შეიძლება გახდეს ნებისმიერი ბავშვი,მაგრამ განსაკუთრებით მოწყვლადნი თანატოლებისგან ფიზიკური თუ ფსიქიკური ნიშან-თვისებებით განსხვავებული ბავშვები არიან (ფიზიკური ნაკლის, თავისებური ქცევის, სხვა ეროვნების და ა.შ ბავშვები).

საკითხში უკეთ გასარკვევად დავახასიათოთ, როგორც მოძალადე (ბულერი), ასევე მსხვერპლი ბავშვი.

**მოძალადის ტიპიური მახასიათებლებია:**

• აქვთ სხვებზე ბატონობის მოთხოვნილება.

• არიან იმპულსურები და ადვილად ბრაზდებიან.

• ხშირად აგრესიულად და გამომწვევად იქცევიან უფროსების მიმართ.

• მსხვერპლის მიმართ არ განიცდიან თანაგრძნობას.

• თუ მოძალადე ბიჭია, მაშინ ის ფიზიკურად ძლიერია.

**ბულინგის მსხვერპლი ბავშვის ტიპიური მახასიათებლებია:**

• არიან მორიდებულები, ჩაკეტილები, მგრძნობიარენი.

• ახასიათებთ მაღალი შფოთვა.

• აქვთ დაბალი თვითშეფასება.

• მიდრეკილნი არიან დეპრესიისადმი და თავის თანატოლებთან შედარებით ხშირად ფიქრობენ თვითმკვლელობაზე.

• არ ჰყავთ ახლო მეგობარი. უკეთ ურთიერთობენ უფროსებთან, ვიდრე თავის თანატოლებთან.

• თუ ბიჭია, მაშინ ის თავის თანატოლებთან შედარებით, ფიზიკურად სუსტია.

**როგორ მიხვდეთ,რომ თქვენი შვილი ბულინგის მსხვერპლია?**

დააკვირდით შემდეგ ნიშნებს:ბულინგის მსხვერპლი ბავშვისთვის დამახასიათებელელია გარკვეული ქცევითი და ემოციური მახასიათებლები.

**ქცევითი მახასიათებლები:**

 • უფროსებისა და თანატოლებისგან დისტანცირება.

• ნეგატივიზმი ბულინგის თემის განხილვისას.

• აგრესიულობა.

ემოციური მახასიათებლები:

• დაძაბულობა და შიში თანატოლების დანახვისას.

• გაღიზიანებადობა და ფხუკიანობა.

• დარდი, წუხილი, გუნება-განწყობილების ხშირი ცვლილება.

**ბულინგის სახეები და მათი ამოცნობის ნიშნები**

ბულინგი გულისხმობს ფიზიკურ ან სოციალურ ძალადობას, რომელიც იწვევს ზიანს, შიშს და/ან მწუხარებას. იგი მოქმედებს ადამიანის ემოციურ მდგომარეობაზე და ლახავს მის რეპუტაციას. როდესაც ბულინგზე ვსაუბრობთ უმეტესობას თვალწინ ფიზიკური ურთიერთდაპირისპირება წარმოუდგება, თუმცა რეალურად ბულინგის ეს მხოლოდ ერთ-ერთი სახეა, რომლის გარდა ასევე არსებობს ვერბალური ბულინგი, კიბერ ბულინგი, რასობრივი და რელიგიური ბულინგი,ასევე სექსუალური ბულინგი.

**ფიზიკური ბულინგი** ძალადობის ყველაზე აშკარა ფორმაა. როდესაც ბავშვებს თანატოლებზე ძალაუფლების და კონტროლის მოპოვება სურთ მიმართავენ ფიზიკურ ძალადობას. ბულინგის სხვა ფორმებისგან განსხვავებით ფიზიკური ბულინგი ყველაზე ადვილი ამოსაცნობია, იტორიულადაც სკოლები ფიზიკურ ბულინგის უფრო დიდ ყურადღებას უთმობდნენ ვიდრე ბულინგის სხვა ფორმებს.

ბულინგის გამოხატულებად არ ითვლება მხოლოდ აგრესიის უშუალო გამოხატვა. ისინი, ვინც უყურებენ და არაფერს აკეთებენ ბულინგის/მუქარის ფაქტს ამწვავებენ. მოწმეებს შეუძლიათ ხელი შეუწყონ მუქარის შეფერხებას, იმით რომ არ გამოხატონ გამხნევება და გამხიარულება ბულინგის დროს და პირიქით, მხარში ამოუდგნენ იმ პიროვნებას, რომელზეც ხდება ძალადობა. შეახსენეთ თქვენს შვილს, რომ მნიშვნელოვანია მან უთხრას მისთვის სანდო პირს ამგვარი ფაქტების შესახებ, მიუხედავად იმისა ეს მას შეემთხვა თუ ვინმე სხვას.

 **ვერბალური ბულინგი** ძალადობის ყველაზე პრიმიტიული ფორმაა, ის მოიცავს სიტყვიერ დაშინებას, ჭორების გავრცელებას, უხეში, სტერეოტიპული კომენტარების გაკეთებას და ა.შ.

რაც შეეხება **კიბერბულინგს,** ის ინტერნეტისა და სოციალური ქსელების საშუალებით ვლინდება. ეს არ მოიცავს მხოლოდ რამოდენიმე კომენტარს facebook-ზე. კიბერბულინგი არ ჰგავს პირისპირ დაშინებას/მუქარას. ის, ჩვეულებრივ, არის მუდმივი, საჯარო და ანონიმური. კიბერმოძალადეები შეიძლება იყვნენ მორცხვი, წყნარი ბავშვები, რომლებიც ამოფარებულნი არიან კომპიუტერებს. ვინაიდან ასეთი სახეობის დაშინება საჯაროა, მსხვერპლი არ არის დარწმუნებული ვინ ახორციელებს მას და ვისი უნდა ეშინოდეს. კიბერბულინგმა შეიძლება გამოიწვიოს დაბალი თვითშეფასება, აღელვება, ბრაზი, დეპრესია, სკოლის გაცდენა, ცუდი ნიშნები, სხვებზე ძალადობა და სუიციდი.

**რელატიური აგრესია** ბულინგის შედარებით ჩუმი და რთულად შემჩნევადი სახეა, ჩაგვრის ამ სახის შემჩნევა ყველაზე მეტად უჭირთ მასწავლებლებს, მშობლებს და ფსიქოლოგებს. ზოგიერთ სპეციალისტი ამას ემოციურ ბულინგს უწოდებს.

რელატიური აგრესია სოციალური მანიპულაციის სახეა, რომლის დროსაც, მოზარდები ცდილობენ ერთმანეთის სოციალური სტატუსის დაცინვას და საბოტაჟირებას.

ასეთი სახის ძალადობისას ხდება მოზარდის გარიყვა, მის შესახებ ჭორების გავრცელება, მის გარშემო სიტუაციების მანიპულირება, რის შედეგადაც მას თვითშეფასება და საკუთარი თავის რწმენა ეკარგება, ასეთი ძალადობის მთავარი მიზანი საკუთარი სოციალური სტატუსის სხვისი გაკონტროლების და დაჩაგვრის ხარჯზე გაზრდაა.

ჩაგვრის ამ სახეს ძირითადად გოგონები მიმართავენ, განსაკუთრებით **მეხუთე-მერვე** კლასებში.

ბულინგის ერთ-ერთი სახეა **სექსუალური ძალადობა**, რაც ნიშნავს სექსუალური შინაარსის შეძახილების გაკეთებას ან არასასურველ შეხებას, ასევე, ჭორების გავრცელებას ვინმეს სექსუალურ რეპუტაციაზე.

**რჩევები მშობლებს**

 არსებობს კონკრეტული ნიშნები, რომლებიც დაგეხმარებათ იმის ამოცნობაში, არის თუ არა თქვენი შვილი ბულინგის მსხვერპლი ან მოძალადე.

ეს ნიშნებია :

• **გატეხილი ან დაზიანებული პირადი ნივთები.**

**• ჩაკეტილობა – ნაკლები საუბარი, ან მარტო დიდი დროის გატარება დღის განმავლობაში.**

**• აგრესიული ქცევა სახლში.**

**• თავის და მუცლის ტკივილი.**

**• აუხსნელი ნაკაწრები და ჩალურჯებები.**

**• ძილის პრობლემები და კოშმარები.**

**• გაუარესებული აკადემიური მოსწრება და სკოლისგან თავის არიდების მცდელობა.**

**• ცვლილებები კვებაში.**

**• სახლიდან გაქცევა.**

**• თვითდაზიანება ან სუიციდზე ლაპარაკი.**

თუ გაქვთ ეჭვი, რომ თქვენი შვილი ბულინგის მსხვერპლია მნიშვნელოვანია,დაელაპარაკოთ მას და გქონდეთ მხარდამჭერი პოზიცია. აუცილებელია ბავშვებმა იცოდნენ რომ ეს მათი ბრალი არაა და საკუთარი თავი არ დაადანაშაულონ. მნშივნელოვანია აგრძნობინოთ, რომ ისინი არ არიან მარტო და თქვენ შეგიძლიათ მათი დახმარება.

**როგორ გავუმლავდეთ ბულინგს?**

პირველ რიგში, თვალი არ უნდა დახუჭოთ პრობლემაზე. მასწავლებელმა (მთლიანად სკოლამ) პირველმა უნდა აღიაროს აღნიშნული პრობლემის არსებობა. სასურველია სკოლის თანამშრომლებს შეუერთდნენ ბავშვებიც და მშობლებიც. აუცილებელია ჩაერთოს პროფესიონალი,ეს იქნება სკოლის ფსიქოლოგი თუ მოწვეული სპეციალისტი,რომელიც დაეხმარება სკოლას, ბულინგში მონაწილე ბავშვებს, მათ ოჯახებს პრობლემის აღმოფხვრაში. დახმარება მხოლოდ მსხვერპლ ბავშვს არ სჭირდება. დახმარება ასევე ძალიან სჭირდება მოძალადე ბავშვს! რადგან ხშირად, თვითონ ასეთი ბავშვია ძალადობის მსხვერპლი, მაგრამ არა სკოლაში, არამედ სახლში.

ფსიქოლოგი ამბობს, რომ აუცილებელია ამ პრობლემის ყველა მხრიდან შეფასება. მისი თქმით, უნდა შემუშავდეს გეგმა, რომლის მიხედვითაც პრობლემა ეტაპობრივად მოგვარდება.

 „მშობლებო, მაქსიმალურად მხარი დაუჭირეთ შვილებს, არ გააკრიტიკოთ, არავის შეადაროთ, არ შეარცხვინოთ, არ დატუქსოთ. დაარწმუნეთ, რომ მათი ბრალი არ არის რაც ხდება. გაუზიარეთ თქვენი გამოცდილება, იყავით გახსნილნი და მომთმენნი და რაც მთავარია არასდროს დაკარგოთ თქვენი შვილის რწმენა. ყველა ბავშვშვია რესურსი გაუმკლავდეს პრობლემებს და თქვენზეა დამოკიდებული ის ამას როგორ შეძლებს.“

**ბულინგი მეცნიერებასა და ლიტერატურაში**

პირველად ამ პრობლემით დაინტერესდნენ სკანდინაველი მეცნიერები (Heinemann,1973; Olweus, 1984; Pikas, 1975, 1989; Roland, 1983, 1989). თუმცა პედაგოგები და განათლების სისტემის ორგანოები ნაკლებ ყურადღებას უთმობდნენ ბავშვთა სისასტიკის გამოვლენის შემთხვევებს. სკოლის ადმინისტაციის ყურადღებას უფრო მეტად იპყრობდა ბავშვების აგრესიული ქცევა და გაკვეთილების გაცდენა. მდგომარეობა შეიცვალა ტატუმის, ლეინის, როლანდის და მუნტეს (Rolland&Munte, 1989; Tattum&Lane, 1988) მიერ გამოცემული შრომების შემდეგ. დღეს ეჭვი არავის ეპარება, რომ არსებობს ისეთი პრობლემა, როგორიცაა – სასკოლო ბულინგი (მობინგი).

პირველი სირთულე რასაც სკოლაში ბავშვთა სისასტიკის გამოვლენის შესწავლისას ვხვდებით მდგომარეობს იმაში, რომ არ არსებობს ბავშვთა სისასტიკის ცნების ზუსტი განმარტება. ცნების ზუსტი განმარტება წარმოადგენს არა მარტო აკადემიურ ინტერესს, არამედ მასზე დაყრდნობით უნდა განხორციელდეს კორექციული და პრევენციული სამუშაო.

ჰეინემენმა (Heinemann, 1973) გამოაქვეყნა კვლევა, სადაც აღწერილი იყო ადამიანთა ჯგუფის თავდასხმა ერთ ადამიანზე და ამ ფაქტის აღსანიშნავად გამოიყენა ტერმინი – მობინგი (mobbing). ოლვეუსი (Olweus, 1978) თავის შრომებში იყენებს ტერმინს – ბულინგი (bulling)), რომელიც განმარტებულია როგორც ადამიანის ჯგუფის ან ცალკეული ადამიანის თავდასხმა მეორე ადამიანზე. პიკასის (Pikas, 1989) აზრით, ეს ართულებს სიტუაციას, ამიტომ ის ხმარობს ტერმინს – მობინგი, ჯგუფური თავდასხმის აღსანიშნავად, ხოლო ბულინგს, ნებისმიერი ხასიათის (როგორც ინდივიდუალური, ასევე ჯგუფური) თავდასხმის აღსანიშნავად.

უნდა განვასხვავოთ თუ არა ჯგუფური ძალადობა – მობინგი და ინდივიდუალური ძალადობა – ბულინგი, თუ უმჯობესია ისინი განვიხილოთ ერთი მოვლენის – სოციალური აგრესიის, ორ განსხვავებულ მხარედ, როდესაც დომინანტური ინდივიდი (ან ჯგუფი) მიზანმიმართულად ატერორებს, დევნის მეორე ადამიანს.

დღეს მიღებულია როლანდის (Roland, 1988) განმარტება. ბულინგი ეს არის ხანგრძლივი ფიზიკური და ფსიქიკური ძალადობა, ერთი ინდივიდის ან ჯგუფის მხრიდან, მეორე ინდივიდზე, რომელსაც არ შეუძლია თავის დაცვა კონკრეტულ სიტუაციაში.

**ბულინგის მაგალითები**

"11 წლინ ნიკა მე-5 კლასელია. ის ასაკი აქვს, როცა ღირსების გრძნობა და თავმოყვარეობა გააჩნია. ღირსებაშელახულს სხვა სკოლაში გადასვლა სურს. მიზეზი ასეთია: „ხუთი წლიდან სათვალეს ვატარებ, ახლომხედველი ვარ, ამხანაგები ადრე ბრუციანს მეძახდნენ, მე ვუთხარი მათ, რომ მწყინდა ასე მომართვა, მერე ერთმა მითხრა: კაი, ბრუციანი თუ არ მოგწონს, შურიკას დაგიძახებთო, ამისთვის ბევრჯერ მიტირია. აღარ მინდოდა სათვალის გაკეთება, მაგრამ დედამ დამარწმუნა, რომ ეს ჯერ აუცილებელია. სკოლიდანაც მინდოდა გადასვლა, მაგრამ ორმა კლასელმა ბიჭმა გამამხნევა და მითხრა, რომ მათ ყურადღება არ მივაქციო. მე მაინც ძალიან მტკივა გული."

ბულინგს ქმნიან ის ადამიანები, ვისთვისაც მისაღებია აგრესიაზე დაფუძნებული ურთიერთობა, ადამიანები, რომლებიც ამართლებენ რაღაცის მოპოვებას სხვისი ჩაგვრის ხარჯზე.

პედაგოგი: "დაწყებით კლასებს ვასწავლი, მაგრამ უნდა ითქვას, რომ ჩაგვრის შემთხვევები ამ ასაკის მოზარდებშიც ხშირია. მე-4 კლასელი გოგონა მყავდა, ჟღალი გრძელი თმით, სულ გრძელი ნაწნავით დადიოდა და ძალიან უხდებოდა. ერთხელაც გაკვეთილზე შემოვიდა და ვერ ვიცანი, თმა ბიჭურად გაუკრეჭია, მომბეზრდაო – თქვა. არადა, თურმე, მეზობლის ბავშვები რიჟას ეძახდნენ და ატირებულს თმა თავისი ხელით შეუჭრია."

**სხვა საინტერესო ინფორმაციები**

**რა აქცევს ბავშვს მოძალადედ?**

ძალადობრივი ქცევის გამომწვევი ფაქტორებიდან, ყველაზე ახლოა ოჯახის თემა, ბავშვის არაჯანსაღი სოციალური გარემო(განსაკუთრებით თანატოლები), მოძალადე მშობლები ან ნათესავები. ძალადობის შემცველ ფილმებსა და ვიდეოთამაშებს ამ მხრივ, გაცილებით ნაკლები დატვირთვა აქვთ, თუმცა ფაქტი ფაქტად რჩება, მიზეზი მაინც პრობლემის კომპლექსურობაში უნდა ვეძებოთ.

 არსებობს განსხვავება ორ მოვლენას – ბულინგსა და შევიწროებას შორის Bullying vs. harassment:

ბულინგი – ეს არის პირდაპირი ძალადობა, საკმაოდ უსიამოვნო ფაქტი რაც კი შეიძლება მოხდეს სკოლის არეალში. რაც შეეხება შევიწროებას, ეს ჩნდება მაშინ, როდესაც მოსწავლე განიცდის ბულინგს, მისი პიროვნული მახასიათებლების გამო. ანუ, განმსაზღვრელ ფაქტორად გვევლინება მოსწავლის გენდერი, წარმომავლობა ან ქმედუუნარობა.

**ბულინგისთვის ჩვეულებრივ დამახასიათებელია შემდეგი გარემოებები:**

ეს არის აგრესიული სახის ქცევა, რომელსაც განმეორებადი ხასიათი აქვს;

მჩაგვრელს აქვს მეტი ძალაუფლება ვიდრე დაჩაგრულს (უფრო ძლიერია ფიზიკურად, ან სტატუსით უფრო მაღლა დგას);

მჩაგვრელის ქმედება არის წინასწარ განზრახული;

მჩაგვრელი არ იღებს პასუხიმსგებლობას ჩადენილ საქციელზე და ხშირად აღნიშნავს, რომ მსხვერპლმა „დაიმსახურა“ ასეთი მოპყრობა.

ხშირ შემთხვევაში ბავშვი, რომელიც არის ჩაგვრის მსხვერპლი, არ საუბრობს საკუთარ პრობლემებზე მშობლებთან. თუმცა შეიძლება არსებობდეს ნიშნები, რომლებიც მიუთითებს იმაზე, რომ ბავშვს ჩაგრავენ და სჭირდება უფროსების მხრიდან მხარდაჭერა. ამ ნიშნების დროულად იდენტიფიცირებისთვის მშობელი ყურადღებით უნდა დააკვირდეს ხომ არა აქვს ადგილი ცვლილებებს შვილის ქცევებში.

განმეორებადმა, ხანგრძლივი დროის მანძილზე ჩაგვრამ ბავშვს შეიძლება მიაყენოს ძლიერი ემოციური ზიანი და უარყოფითი ზემოქმედება მოახდინოს მის თვითშეფასებაზე. შედეგი შეიძლება ძალიან ხამოკლე დროში გამოვლინდეს ან გარკვეული დრო დასჭირდეს. ასევე ზემოქმედების ხარისხის განსაზღვრაც შეუძლებელია, შეიძლება ერთ ადამიანზე ბულინგის გარკვეულმა სახემ უფრო ნაკლებად იმოქმედოს, მეორეზე კი ძალიან დიდი გავლენა მოახდინოს. თვითშეფასება კი რამდენად მნიშვნელოვანია პიროვნების შენების პროცესში, ყველასთის ცხადი უნდა იყოს.

**პირადი მოსაზრება ბულინგის შესახებ**

ვაღიარებ,ადვილია ინტერნეტიდან ტექსტებისა და ფოტოების გადმოკოპირება Word Documet ში,მაგრამ მინდა გაგაცნოთ ჩემი სუბიექტური მოსაზრება ამ საკითხის შესახებ.

იმ რეალობაში,რომელშიც დღეს ჩვენ ვცხოვრობთ,უფრო მეტი მნიშვნელობა ფულს,გართობასა და მოდის ტენდენციებს ენიჭება,ვიდრე ადამიანის ფსიქოლოგიასა და მის გრძნობებს.

მიუხედავად იმისა,რომ ყველა ფაქტი და ჭეშმარიტი დებულება,მათ შორის ფსიქოლოგიაც ბულინგის აღმოფხვრისკენ მიუთითებს,პრობლემა დღესაც არ არის გადაჭრილი.

ჩემი აზრით,ეს იმით არის გამოწვეული(ვსაუბრობ კიბერბულინგზე)რომ მშობლების უმეტესობა,ბავშვთა აღზრდის ძალადობრივ ხერხს მიმართავს.ყველაზე ხშირი და გავრეცელბული ფორმა,ყველას მოგვეხსენება,რომ არის-ცემა.

ბუნებრივია,ოჯახური პრობლემებისგან გადაღლილი მშობელისთვის,აუტანელი ხდება ყოველდღე შვილის წუწუნის მოსმენა,არასწორი ქცევების გამო შენიშვნის მიცემა,სურვილების ასრულების მცდელობა და ა.შ,ამიტომ გამოუვალ მდგომარეობაში მყოფი,იძულებულია,რომ ამ ხერხს მიმართოს.

ეს იწვევს ბავშვის დასტრესვას და ფსიქოლოგიის შერყევას,გადადის მუდმივად ვიღაცის შიშში ყოფნასა და მორჩილებაში,შედეგად კი ვიღებთ მის დამახასიათებელ თვისებებს:

• **ჩაკეტილი.**

**• მარტოსული.**

**• ასოციალური.**

**• მგრძნობიარე.**

**• მშიშარა.**

ბოლო პუნქტი,ხშირად იმით გამოიხატება,რომ ბავშვს ეშინია საკუთარი აზრის გამოთქმა/დაფიქსირება.ადვილად აცხადებს თანხმობას ყველაფერზე და უჭირს უარის თქმა.

როცა ასეთი ბავშვი სკოლაში მიდის,იმასთან ერთად,რომ ურთულდება ახალ გარემოსთან შეგუება,უჩნდება სხვადასხვა პრობლემები,როგორიცაა:დაცინვა მეორე ინდივიდისგან,ჩაცმულობის,თვისებების ან თუნდაც იმის გამო,რომ ბეჯითია.

დროთა სვლასთან ერთად კი არავინ ჩნდება ისეთი,ვინც მას დაეხმარება,ამიტომ ის თვისებები,რაც ჩამოვთვალე,მასში უფრო დიდი მასშტაბით იწყებს გათავისებას.

ამ შემთხვევაში კი მისი პიროვნება ხელს უშლის მომავალზე ფიქრს და ხელს უწყობს ფანტაზიორობასა და მეოცნებეობას,რაც ნამდვილად არ არის კარგი.

მიუხედავად იმისა,რომ ერთ დროს თავადაც ვიყავი ბულინგის მსხვერპლი,შევძელი ჭაობიდან ამოძრომა და ფეხზე მყარად დადგომა.ვისწავლე საკუთარი თავის სიყვარული და პატივისცემა,ჩემსა და სხვის გემოვნებას შორის ზღვარის გავლება,ხოლო რაც ყველაზე მთავარია-აზრის დაფიქსირება.დავიწყე მოვლენების პოზიტიურად შეფასება,რაც გარდატეხის ასაკის შემდეგ,საკმაოდ გამიჭირდა.

მეხუთე კლასში,რომ ვიყავი ჩემს კლასში გოგონა სწავლობდა,სახელად თეკლა,რომელსაც უყვარდა სხვების დამცირება და თავის მართლება.ცუდ სიტყვებს ისვრიდა და შეურაცხყოფას მაყენებდა,ერთხელ ხელიც კი ასწია ჩემზე.მაშინ არ მქონდა იმდენი ძალა,რომ მისთვის წინააღმდეგობა გამეწია,რამდენჯერმე მოვუყევი ამის შესახებ დამრიგებელს,მაგრამ ამაოდ.საჭირო ზომები მაინც არ იქნა მიღებული.მქონდა ასევე იმის მცდელობაც,რომ მშობლებზე მომეყოლა,თუმცა რა საკვირველია,ყველა კრახით დასრულდა.მხოლოდ იმის გამოცხადება შევძელი დედაჩემზე,რომ სკოლიდან გადასვლა მინდოდა და ასეც მოხდა.

შემდეგი სამი წელი,არ ვყოფილვარ ბულინგის მსხვერპლი,ან არ ვიცი,შეიძლება მე მეგონა ასე.

მხოლოდ მეცხრე კლასში შევძელი,ჩემი დასტრესილი გონებისა და სულის უკან მოტოვება,ვფიქრობ ეს მეტყობა კიდეც,რადგან ამას ვწერ.

შევაჯამოთ,ჩემი მოსაზრება ბულინგის შესახებ:იმისათვის,რომ ბავშვი არ იყოს ისეთი როგორც ზემოთ ვახსენე,საჭიროა მშობლებმა მეტი მოთმინება გამოიჩინონ და შეეშვან მათ აღზრდას ათასნაირი მუქარებისა და ძალადობრივი გზით.სხვა თუ არაფერი,ამ შემთხვევაში ის არც ბულინგის მსხვერპლი იქნება და არც გამავრცელებელი.შეძლებს სხვებზე წინააღმდეგობის გაწევას.

იმისათვის,რომ ბავშვი მოძალადე არ გახდეს,საჭიროა მშობლებმა ყურადღება გაამახვილონ იმ გარემოებაზე,სადაც იზრდება.ასევე ხშირად შეუმოწმონ სოციალური მედია,იმ ასაკამდე,სანამ მოზარდი გახდება და შეძლებს კარგის და ცუდის დამოუკიდებლად გარჩევას.

რაც შეეხება ბულინგის სხვა ფორმებს,არ არის ისეთი თემა,რაზეც ვრცლად შემიძლია ვისაუბრო,ასე რომ სულ ეს იყო.

**გმადლობთ ყურადღებისთვის.**

**ფერიის საჯარო სკოლის X - კლასის მოსწავლე**

**ხათუნა იაკობაძე**

**მასწავლებელი: გუგული დუმბაძე**