

# 7 причин чому діти цъкують

Коли мова заходить про булінг, фокус дій як правило зміщується на підтримку та допомогу особі, яка зазнає цъкувань. На того, хто цъкує натомість спрямовується комплекс протидій, що виглядає логічно. Проте не слід забувати, що дій і допомоги вимагають обидві сторони конфлікту. Адже булерами не народжуються, булерами стають внаслідок цілого комплексу передумов. Тобто серед причин знаходяться і життєві обставини буlera та його жертви, і особливості спілкування в родині та шкільному колективі, і проблеми з навчанням, і стереотипи соціуму, тощо. В кожному конкретному випадку існує своя унікальна комбінація цих факторів, яка відрізняє мотиви та поведінку булерів.

Так само, як неможливо подолати хворобу, лікуючи її симптоми, неможливо подолати булінг, не зрозумівши причин, які спонукають буlera до дій. Доречі, самі агресори нерідко не усвідомлюють власну деструктивну поведінку та її причини. Отже, використовуючи знання та допомогу фахівців, можна не лише позбутися загрозливої ситуації, але й якісно покращити життя людини, яка вдалася до агресії.

В психотерапевтичній практиці в залежності від внутрішніх мотивів та методів тиску на інших виділяють такі основні **типи булерів**, згідно з др. **Андреасом Дучманом**:

1. Особи, які використовують агресію **з метою посилення власного авторитету та влади**.

Зазвичай ці люди вже мають певний статус, наприклад, староста чи лідер класу, вчитель або начальник тощо. У них є певні зв'язки та важелі впливу, розуміння того, як повернути ситуацію на свою користь, залишаючи за собою останнє слово. Найчастіше вони вдаються до таких методів, як постійна неконструктивна критика, прискіпування, обезцінювання чи ігнорування результатів роботи жертви та її здатностей взагалі, налаштування групи осіб проти жертви, інсценування свого роду трибуналів над нею тощо.

2. Особи, які вдаються до цъкувань **через заздрість**.

Як відомо, заздрість – кепське почуття, яке часто спонукає людей до недобрих вчинків та ворожого ставлення. І якщо дорослі мають змогу через рефлексію контролювати свої емоції та вчинки, то діти можуть навіть не здогадуватися про справжні мотиви своєї поведінки. В залежності від свого статусу в колективі, вони можуть вдаватися до різноманітних форм булінгу.

Наприклад, пліткувати, глузувати, обезцінювати, ігнорувати, навіть пошкодити майно чи вдатися до фізичного насильства, тощо.

### **3. Булери, які діють із почуття страху.**

Страх в даному випадку треба розглядати в двох контекстах.

По-перше, це відчуття реальної загрози з боку певної людини і агресія на неї як захисний механізм. Пошиrenoю є ситуація коли, наприклад, особа стає жертвою булінгу та сама вдається до зворотнього булінгу, але іншими способами.

Другим аспектом страху є часто несвідоме відчуття загрози власним уявленням про світ, страх перед певними змінами, відчуття виходу із зони психологічного комфорту.. Або ж жертва нагадує агресору про власні якості чи недоліки, які він не хоче в собі визнавати, щоб не втратити відчуття власної гідності, через упередження тощо. Яскравим прикладом такого страху є цькування людей з іншою сексуальною орієнтацією, іншим кольором шкіри, іншою культурою і таке інше. Адже все невідоме викликає в людині страх та бажання віправити „картинку” до звичної. Агресивне поводження в такій ситуації свідчить про емоційну нестабільність людини, можливо травматичний досвід чи інші психологічні проблеми. Знаходячись в такому психологічному стані, вона не здатна оцінити ситуацію різnobічно, визнати свій страх. Тому вдається до знецінюючих методів, до приниження, погроз, розправ, вимагаючи таким чином від своєї жертви відповісти його уявленням. Крім того такі особи інтуїтивно відчувають, що не зможуть довести свою правоту в дискусії, а тому нерідко уникають її, кажучи: „Я не хочу про це говорити” / „Не має сенсу з тобою/Вами це обговорювати”, тощо. Булери цієї групи часто відчувають себе жертвою, а тому дуже уразливі до критики. Свої дії вони розцінюють як вимушенні „невірною” чи „загрозливою” поведінкою своєї жертви.

### **4. Особи, які отримують задоволення чи емоційне збудження від цькування інших.**

Це має певні спільні риси з першою групою, проте вони не мають чіткої мети, їх задоволенняє сам процес. Така поведінка може бути розцінена як прояв психопатії та потребує обов'язкового втручання спеціалістів.

Такі булери діють виважено та підступно. Використовують нерідко інших для досягнення своєї мети, розповсюджують брудні плітки, знущаються чи спонукають до цього інших, виставляють на посміх, тощо.

### **5. Булінг як вимога ієархії.**

Кожен колектив має свою динаміку та специфіку відносин. За певних обставин в групі може скластися певний **ієрархічний поділ на кшталт армійської дідівщини**. Тоді мова вже йде про колективний булінг. Кожен (чи більшість) член такої групи виступає на своєму ієрархічному рівні водночас і булером, і жертвою „старшого“ за ієрархією. В таких групах відкрито застосовуються різноманітні методи булінгу.

**6. До передостанньої групи відносять осіб, якими керує **жага принадлежності до певної групи на фоні сильної невпевненості в собі**.**

Такі люди зазвичай підсвідомо компенсують свої страхи, невпевненість, низьку самооцінку через принадлежність до певної групи. Вони відрізняються несамостійним мисленням та легко піддаються впливу інших. До цькувань вони вдаються аби, наприклад, довести групі свою відданість, за наказом чи просто тому, що так роблять інші члени групи. В принципі таких булерів слід самих розглядати як жертв.

**7. І нарешті остання група так званих „благородних“ булерів.**

Найкраще цю групу характеризує вислів: „I'm a pacifist – I'll kill everyone who's not!“ (я пацифіст і вб'ю кожного, хто ним не є). Тобто це впевнені у своїй правоті люди, які не нехтують будь-якими способами досягнення своїх „благих“ намірів. Вони поділяють світ довкола на чорне та біле, не переймаються цінностями інших, причинами іх дій. Все, що не входить в їх особисту категорію „білого“ вони атакують, знецінюють. Натомість підкреслюють свою добродійність. Вони схожі на булерів з 3-ї групи (які цькують зі страху), проте іх дії обумовлені необхідністю самоствердження.

Як бачимо, в кожному випадку булінг зумовлений певними внутрішніми проблемами людини, яка до нього вдається. Це спростовує міф про те, що це начебто проблема тих, кого цькують. Натомість підкреслює необхідність допомоги не лише жертві, але й самому булеру.

Про те, як поводити себе з булером аби допомогти йому вийти з цієї моделі поведінки, читайте у наших наступних матеріалах.

За матеріалами сайту: [www.drdutschmann.de](http://www.drdutschmann.de)