

**№ 40 жалпы білім беретін орта мектебі**  
**Тақырыбы: “Буллинг, кибербуллинг деген не?” мектепшілік семинар**  
**хаттамасы**  
**2023-2024 оқу жылы**

**Өтетін орны:** Акт зал.

**Қатысушылар:** 8-9-класс оқушылары

**Өтетін күні:** 10.10.2023ж.

**Жауапты:** мектеп психологі Баймишева А.М.

**Семинар мақсаты:** Буллинктің, кибербуллинктің алдын-алу, білім алушыларға кеңес беру

Семинар барысында мектеп психологі А.М.Баймишева оқушыларға буллинг және кибербуллинг туралы ақпарат беріп өтті. Олардың ішіндегі буллинг пен кибербуллинктің түрлері және де жеке тұлғаның психологиялық денсаулығына әкелетін зардабы мен қиындықтары туралы ашып айтты. Соның ішінде мүгедектігі бар адамға, жыныс ориентациясына байланысты, заңмен қорқыту, жыныстық буллинг, ата-ананың баланы қорқытуы туралы айтылды. Оқушыларға «Кибербуллинг дегеніміз не?», «Әлімжеттік жасау деген не?» атты бейнероликтер көрсетілді. Оқушыларға әлеуметтік желілердегі балағат сөздер, қорқыту секілді кибербуллинг түсінігі айтылды. Бұл жағдайға тап болғанда ата-анаға, мұғалімдерге, психологке ескерту ұят емес екендігі айтылды. Керісінше, сол жағдай туралы бөлісу буллинг мәселесін алдын-алатындығын және сақтайтындығын түсіндірді.

**Қорытынды:** Қатысушылар семинарға үлкен қызығушылықпен қатысып, белсенділік танытты, сұрақтар қойып, қажетті жауаптар алды. Кері байланыс жасалды.



## **“Буллинг, кибербуллинг деген не?” тақырыбындағы мектепшілік семинар бағдарламасы**

**Өтетін орны:** № 40 жалпы білім беретін орта мектебі. Акт зал.

**Қатысушылар:** 8-9-класс оқушылары

**Өтетін күні:** 10.10.2023ж.

**Жауапты:** мектеп психологі Баймишева А.М.

**Семинар мақсаты:** Буллинктің, кибербуллинктің алдын-алу, білім алушыларға кеңес беру

Семинар барысында білім алушыларға семинар мақсаты таныстырылады.

**Баймишева Айнұр Мырзабекқызы сөз алды.**

Ағылшын тілінен аударғанда “bullying” “кемсіту”, “келемеждеу”, “қорлау” деген мағынаны білдіреді. Қарапайым тілмен айтқанда, буллинг дегеніміз – адамның өзгеге күш көрсетуі, қорлауы.

Мектептегі буллинг қайдан пайда болады?

Психолог буллинктің кез келген түрі қауіпті екенін айтады. Маманның сөзінше, қазіргі уақытта әлеуметтік желілер мен технологиялардың жаңа деңгейге шығуы балалар арасындағы буллинкті де жаңа деңгейге көтерген. Буллинг көп жағдайда физикалық қысымнан ғана тұрмайды. Көбінесе психологиялық шабуыл: қорлау, жаман сөздер айту, келемеждеу, өсек пен өтірік сөз тарату және шеттетуден тұрады. Әсіресе соңғысы балалардың өз ортасынан алшақтап, жалғыздықтан суицидке баруына әсер етеді, дейді ол.

"Балалар арасындағы буллинг бұрыннан бар нәрсе. Тек қазіргі уақытта телефонға түсіріп алу, оны таратып жіберу секілді әрекеттер бұл мәселені одан бетер өршітіп жіберді. Сонымен қатар қазір буллинктің физикалық түріне қарағанда психологиялық шабуылы көбірек байқалады. Балалар арасындағы суицидтің көп белең алып кетуі де осыған байланысты. Алайда біз бұдан физикалық буллингке қарағанда оның психологиялық түрі қауіпті болады деп айта алмаймыз. Бұлардың екеуі де қауіпті. Мысалы, физикалық шабуыл кезінде қудалауға ұшыраған баланы итеріп жіберіп немесе ауыр соққы жасаса, психологиялық түрінде баланы шеттету, мазақтау, күлкіге айналдыру болады. Мұның барлығы да ақыл-есі қатпаған жасөспірімге ауыр әсер етеді", – дейді психолог.

Психолог мектептегі буллинг көбіне бастауыш және орта сыныптарда кездесетінін айтады. Сөзінше, 10-11 сыныптарда ми құрылымдарының жетілу процестерінің және жасөспірімдердің өзін-өзі реттеу қабілетінің аясында мұндай мәселелер бірте-бірте жойылады.

"Басталған буллинкті тоқтату өте қиын. Оның қатысушылары да көп болады. Мәселен, булллер қудалауды ойлап тауып, оны жүзеге асырады. Бақылаушылар – олар даудан алшақ жүреді, бірақ болып жатқан жағдайға жақтау немесе қарсылық реакциясын білдіреді. Соңғысы – құрбан болған бала. Психологияда тіпті "бақылаушының жарақаты" деген термин бар. Көп жағдайда балалар үздіксіз зорлық-зомбылықтың куәгері болу тәжірибесін өз бетімен жеңе алмайды. Яғни буллинг тек құрбан болған баланың ғана емес, үнсіз бақылаушы баланың да психикалық денсаулығына зиян келтіреді", – деп түсіндіреді маман.

Буллинктің белгілері мен отбасының әсері

Психолог буллингке баратын балалардың да психологиялық ерекшеліктеріне мән беру қажет деп санайды. Өйткені отбасының әл-ауқатына, ата-анасының қамқорлығына және даму деңгейіне қарамастан, кез келген бала қорлаудың құрбаны болуы мүмкін. Агрессия олардың балаларына қарсы бағытталмағанын көрсе де, ересектердің мұндай мәселелерді бақылауда ұстауы маңызды дейді ол.

"Көп жағдайда ата-анасы ажырасып кеткен болмаса бақылаудан шығып қалған балалар агрессияға бір табан жақын болады. Олар өздерінің басқалардан төмен екенін байқатпау үшін, (психологияда оны "қорғаныс механизмі" дейді), сол секілді әкесінің жоқ екені туралы сұрақ туындамас үшін бейсаналық инстинкт бойынша қудалау әрекеттеріне барады. Егер бала буллинктің құрбаны болып, бірақ өзі мұны айтпаса, оны мынадай физикалық және психологиялық белгілерінен байқай аламыз. Олар: ауыру белгілері,

мектепке баруға зауқы болмайды яки мектепке кеттім деп басқа жерде жүреді. Алаңдаушылық пен уайым. Сөйлеуге зауқы болмайды және көбінесе оңашаланып жүреді", – деп жалғады психолог.

Психолог мектептегі буллингтің барлық балалар үшін жағымсыз салдарға алып келетінін жеткізді. Сондай-ақ отбасындағы тәрбиенің де баланың өсіп-жетілуіне, оның үйден шыққандағы әрекетіне толық әсер етеді.

"Әр отбасының тәрбиесі әр алуан болатыны түсінікті. Ата-ананың барлығы баласына дұрыс тәрбие беріп, түзу жолда жүрсе екен дейді. Үйде баланың өз бетімен шешім қабылдауына мүмкіншілік беру қажет. Кейде баланың бетінен қақпай, көкке көтеріп өсірудің өзі теріс әсер ететінін жағдайлар кездеседі. Сонымен қатар авторитарлық отбасылар болады. Баланы қысып ұстау, оның пікірін тыңдамау, ұрып-соғу деген секілді. Осындай жағдайларда бала ішінде жиналып қалған агрессиясын сыртқа шығарады. Бұл мектепке келіп басқа балаларды кемсітумен, мазақтаумен көрініс табуы ықтимал", – деп қосты психолог.

Буллингтің алдын алу үшін не істеу керек?

Психологтың сөзіне сүйенсек, жасөспірімдер арасындағы буллинг – кешенді тәсілді қажет ететін мәселе. Мектептегі қудалаумен бала жалғыз өзі емес, бүкіл тарап – оқушының өзімен қатар ата-ана мен мұғалім де күресуі керек. Буллингке ұшырағандарға айтылатын алғашқы кеңес – маманның көмегіне жүгінген жөн.

Баланың өзіне ақыл-кеңес

"Жасөспірім өзінің жасына байланысты буллингтен өзін қорғап қала алмайды. Бұл үлкендердің жұмысы. Дегенмен, мұндай мәселелердің алдын алу үшін ересектер балаларға түсіндіруі керек негізгі мәселелер бар:

Өзі сенім артатын үлкендерге болып жатқан қысым туралы айту;

Қудалауға қатігездікпен жауап берем деп үміттену дұрыс емес. Бұл тағы да басқа мәселелерді тудыруы мүмкін;

Егер буллингтің куәгері болған жағдайда оны назардан тыс қалдырмауды үйрету".

Буллинг пен кибербуллингтің баланың болашағына әсері қандай?

Психолог мектеп кезінде үнемі қудалауға ұшыраған баланың өз-өзін көрсетуі, көшбасшылық қабілеттері мен өзіне сенімділігі төмен болатынын айтады. Мектеп табалдырығынан басталған буллинг баланы ер жеткен шағында да ізінен еріп жүруі мүмкін, дейді ол.

"Буллингке ұшыраған балаға дер кезінде көмек қолын созбаса, ол үнемі біреуден көмек күтіп, арқа сүйеп қалады. Үлкейгенде қолына билік түсетін болса, бала кезінен қалып қойған агрессиясын айналасындағыларға көрсетеді. Жан-жағындағыларға ұрсып, күш көрсетіп жүрген адамдарды психологияда жастайынан "жараланған" жан ретінде қарастырады", – дейді психолог.

Психолог сонымен қатар балалар арасындағы кибербуллинг мәселесіне де тоқталды. Маман балалардың өміріне түрлі гаджеттер мен ойындардың араласып кетуі оларға қарсы көрсеткіштердің болатынын айтады.

"Балалардың 80% телефон мен компьютерге тәуелді болып қалған. Көп жағдайда ойынға беріліп кеткен балалар виртуалды әлемді шынайы өмірмен шатастырып алады да, суицид пен басқа да әрекеттер оларға оңай болып көрінеді. Жоғарыда айтқанымыздай санасы қатаймаған балалар мұны жете түсіне алмайды. Сонымен қоса суицид туралы оқиғаларды балалардың көруіне шектеу қою қажет. Себебі мұны көрген баланың кейбірінің батылдығы оянып, кейбірінің қызығушылығы оянып, осындай әрекетке барып жатады. Себебі балалардың психологиясы әртүрлі болатынын айттық, осы себепті олар ақпаратты да әртүрлі қабылдайды", – деп түсіндірді психолог.

Қорытынды. Балаларды буллингтен қорғау

Психолог балалар арасындағы буллингті мүлдем жою мүмкін емес екенін айтады. Бірақ алдын алу шаралары арқылы оны азайта аламыз, дейді маман.

"Елімізде мектептегі буллинг мәселесі балалар арасында қалыпты жағдай секілді болып қалған. Алайда бұл олай емес, бұл мәселемен кешенді күрес жүргізу қажет. Бұл ретте Еуропа елдеріндегі мектеп тәрбиесін зерттеп, керек жағын алғанымыз да абзал. Мәселен, еуропалық мектептерде балалардың киім үлгісіне еркіндік берілген. Сол секілді жасөспірімдермен жастайынан ашық әңгімелесіп, диалог орната алады. Бізде керісінше,

бала ішіндегіні айтудан жасқанатын кездер аз емес. Осының барлығы бұл мәселені шешуді қиындатып жібереді. Біз буллингті түбегейлі жойып жібере алмаймыз. Бұл бұрын болған, қазір де қайталанады. Тек осыған өзіміз дайын болып, балалар арасындағы қудалау мен қысымды азайта аламыз", – деп түйіндеді психолог.

Психолог сөзін түйіндей келе әрбір ата-анаға өз баласымен ашық әңгімелесуді, мектеп қабырғасында өзі немесе басқа бала қысымға ұшыраса не істеу қажет екенін түсіндіруге кеңес береді. Сонымен бірге баланың өзі агрессорға айналып кетпес үшін, айналасына деген құрмет пен сүйіспеншілікті арттыру қажет деп санайтынын баса айтты.

## **Рефлексия**

## **Мектептегі психологиялық қызмет**