

**Кімге:** Қазақстан Республикасының Оқу – ағарту министрлігі

**Автордың аты-жөні және лауазымы:** Ержанова Асель Адилхановна,  
«Ұлытау ауданы әкімі аппараты» ММ-нің мемлекеттік құқық жұмыстары  
бөлімінің бас маманы.

**Күні:** 09.10.2024ж.

## **АНАЛИТИКАЛЫҚ ЖАЗБА**

**Тақырыбы:** Жасөспірімдер арасындағы буллингтің алдын алу.

**Кілт сөздер:** психология, буллинг, балалар, зардабы, білім.

### **Кіріспе**

Жасөспірімдер арасында буллинг – заманауи қоғамның маңызды аспектілерінің бірі. Жасөспірімдер арасында буллинг – бұл әлеуметтік, психологиялық және эмоционалдық тұрғыдан маңызды мәселе. Бұл құбылыс мектептер мен колледждерде жиі кездеседі және оның ауыр салдары болуы мүмкін. Зерттеулер көрсеткендей, буллингке ұшыраған жасөспірімдер өздерін оқшауланып, депрессияға ұшырау ықтималдығы жоғары. Бұл мәселені шешу үшін мектептерде, студенттер, ата-аналар арасында және қоғамда тұрақты жұмыстар жүргізу қажет. Жасөспірімдер арасында буллинг – бұл әлеуметтік, психологиялық және эмоционалдық тұрғыдан маңызды мәселе. Бұл құбылыс мектептер мен колледждерде жиі кездеседі және оның ауыр салдары болуы мүмкін. Зерттеулер көрсеткендей, буллингке ұшыраған жасөспірімдер өздерін оқшауланып, депрессияға ұшырау ықтималдығы жоғары болып келеді. Бұл мәселені шешу үшін мектептерде, колледждерде ата-аналар арасында және қоғамда тұрақты жұмыстар жүргізу қажет.

“Буллинг” бұл қазіргі таңдағы өте өзекті мәселелердің бірі. Қазақстанда әрбір үшінші жасөспірім буллингтің құрбанына айналады. Ең қорқыныштысы, мұның арты өліммен аяқталуы әбден мүмкін. Буллинг физикалық күш көрсетуден ғана тұрмайды. Көбінесе психологиялық қысым көрсетеді: жаман сөздер айту, қорлау, келемеждеу, өсек пен өтірік сөздер тарату және шеттетуден тұрады. Бала жанындағы құрдастарынан алшақтап, өзін жалғыз сезініп суицидке баруы мүмкін.

Буллинг – бұл жаңа термин. Bullying сөзі ағылшын тілінен аударғанда «қорқыту», «кемсіту», «мұқату» дегенді білдіреді. Кеңірек мағынада бұл бір адам (немесе топ) басқа, физикалық және моральдық жағынан әлсіз адамға (немесе адамдар тобына) физикалық шабуыл

жасаған немесе қорқытқан кездегі зорлық-зомбылықтың ерекше түрі. Жалпы баланың қатегездігін білдіреді.

Буллинг әлемде кең таралған және барлық уақытта бола береді. Буллинг мәселесін бірден және мәңгілікке шешу мүмкін емес. Білім беру ұйымдары жасөспірімдер мен студенттер арасындағы буллинг мәселесіне үлкен көңіл бөлуі керек.

## **Негізгі бөлім:**

### **1. Буллинктің себептері мен түрлері.**

Буллинг – бұл жүйелі түрде, қайталап жасалатын зорлық – зомбылықтың немесе қысымның бір түрі. Оның себептері мен түрлері күрделі және әртүрлі факторларға байланысты болып келеді. Буллинктің себептері:

#### **1. Әлеуметтік динамика:**

**Статус пен мәртебе:** Жасөспірімдер арасында әлеуметтік мәртебе қалыптасуы буллинктің орын алуына себеп болады. Күштілер әлсіздерге қысым көрсету арқылы өздерінің позицияларын нығайтуы мүмкін.

#### **2. Отбасы факторы:**

**Отбасылық тәрбие:** Ата-аналардың қатынасы, тәрбиесі, және олардың әлеуметтік мінез-құлықтары буллингке әсер етуі мүмкін. Отбасында зорлық-зомбылық немесе эмоционалдық қысым көрген балалар буллингке бейім болады.

#### **3. Психологиялық факторлар:**

**Кемшіліктер мен өзіндік бағалау:** Буллингке қатысушылар кейде өздерінің ішкі мәселелерін (мысалы, өзіндік бағалауының төмендігі) жасыру үшін басқаларды қорлауға тырысады.

#### **4. Медиа мен мәдени әсер:**

**Медиа:** Теледидар, фильмдер және әлеуметтік желілердегі зорлық-зомбылық көріністері буллингке шабыт беруі мүмкін.

#### **5. Сыныпта және топта динамика:**

**Топтық қысым:** Белгілі бір топтардың әсерінен жастар буллинг жасауға мәжбүр болуы мүмкін.

Студенттер мен оқушылар арасындағы күш теңсіздігі төмендегідей бөліп қарастырылады:

- психологиялық
- физикалық
- кибербуллинг
- әлеуметтік

**Психологиялық зорлық-зомбылық** – балаға назар аудармау, кері итеру, бақылау және оқшаулауға, баланы қорқытуға, үрей сезімін тудыруға, баланың мінезіне ықпал етуге, оның өзін-өзі құрметтеу, өз бағасын білу сезімін жоюға, әлеуметтік және эмоционалдық дамуы мен жақсы өмір сүруіне кедергі келтіруге бағытталған қасақана жасалатын вербалды және іс-әрекеттік қимылдар схемасын қамтиды. Психологиялық кемсітушілік әрекетке баланың өзін керексіз, кемістігі бар, сүйкімсіз және қалаусыз болып табылатынына сендіру үшін жасалатын мазақтау, балағаттау, кемсіту, ұялту және дәрекі сөздер айту сияқты вербалды әрекеттер кіреді. Ол сондай-ақ баланы қорқыту және оны бақылау үшін қорқыныш сезімін тудыру мақсатында физикалық залал келтіре отырып балаға қауіп төндіру сияқты іс-әрекеттік қимылдарды да қамтиды.

**Физикалық зорлық-зомбылық** – балаға қатысты өзге баланың не ересектің тарапынан физикалық зардапқа не жарақатқа әкелетін, баланың денсаулығына, оның өмірінің ұзақтығына, дамуына, өзін-өзі бағалау сезіміне нұқсан келтіруі мүмкін физикалық күш көрсету арқылы жасалатын әрекеттер. Физикалық зорлық-зомбылық ретінде бағаланатын іс-әрекеттің түрлері көп: соққы, ұру, итеру, тебу, тұншықтыру, шаштан тарту, сілкілеу, қандай да бір затпен не қарумен шабуыл жасау. Физикалық зорлық-зомбылық көбінесе балаға залал не жарақат әкеледі, тіпті баланың мүгедек болуына не қайтыс болуына да соқтыруы мүмкін.

**Кибербуллинг** – баланың соңына түсу, қорқыту, ұялту мақсатында интернет арқылы таралатын әлеуметтік жүйелерді пайдалану. Дәрекі, қатыгез сипаттағы мәтіндік хабарламалар жіберу; жәбірленушіні онлайн режимінде мазақ ету не жеке басына тән ақпаратты, фотоны не бейнежазбаны орналастыру; басқа баланың қыр соңына түсу не мазақ ету мақсатында жалған тіркеу жазбасын, веб-парақшаны не онлайн режимінде бейне жасау сияқты әрекет түрлерін қамтиды.

**Әлеуметтік** – баланың жынысына, ұлтына, әлеуметтік-экономикалық жағдайына, дініне не мүгедектігіне негізделген әділетсіз не бөліп-жару қарым-қатынасы.

Буллингтің себептері мен түрлерін түсіну – оны алдын алу үшін маңызды. Бұл мәселемен күресу үшін жастар арасында ақпараттандыру, эмоционалдық білім беру, және қолдау көрсету қажет. Буллингтің себептері мен түрлерін түсіну оның алдын алу мен жоюға мүмкіндік береді. Бұл білім жастарға, ата-аналарға және мұғалімдерге буллингтің белгілерін анықтауға, сонымен қатар қолдау көрсету мен қорғаудың тиімді әдістерін әзірлеуге көмектеседі. Жасөспірімдер арасында қауіпсіз, қолдау көрсететін орта құру – буллингті жоюдың басты мақсаты.

**1-кесте. Жасөспірімдер арасындағы буллингтің деңгейі**

|           |                          |       |
|-----------|--------------------------|-------|
| 2023 жылы | Буллингке ұшырау деңгейі | - 35% |
| 2024 жылы | Буллингке ұшырау деңгейі | -20%  |

### **Буллингтің алдын алу алғышарттары.**

Қазіргі таңда буллингтің алдын-алу мәселесі үлкен маңызға ие және көптеген себептерге байланысты кеңінен қамтуға лайық. Біріншіден, агрессивті мінез-құлықтың бұл түрі жасөспірімдердің психикасын терең жарақаттайды. Екіншіден, экономикалық тұрақсыздық, кедейлік, біздің күнделікті өміріміздегі агрессияның, стрестің көптігінен буллингтің жасөспірімдер арасында таралуы артып отыр.

Буллингтің алдын алу үшін бірнеше алғышарттарды ескеру қажет. Бұл алғышарттар жастардың қауіпсіздігін, психологиялық әл-ауқатын және әлеуметтік байланыстарын нығайтуға бағытталған.

#### **1. Қолайлы орта қалыптастыру**

- **Позитивті атмосфера:** Мектептер мен жастар ұйымдарында қолайлы, қауіпсіз және қолдау көрсететін орта құру. Оқушылар мен жастар арасында өзара құрмет, ынтымақтастық және достық мәдениетін дамыту.

- **Топтық жұмыстар мен іс-шаралар:** Оқушылардың командада жұмыс істеу дағдыларын дамыту. Топтық жобалар мен іс-шаралар арқылы қатынастарды нығайту.

#### **2. Ақпараттандыру және білім беру**

- **Білім беру бағдарламалары:** Буллинг, оның себептері мен салдары, сондай-ақ оған қарсы күрес жолдары туралы ақпараттандыру. Оқушылар мен ата-аналарға арналған семинарлар мен тренингтер өткізу.

- **Медиа сауаттылық:** Жастарды интернет қауіпсіздігі мен кибербуллингтің белгілері туралы ақпараттандыру. Олар үшін медиа контентті сыни тұрғыдан бағалауды үйрету.

#### **3. Психологиялық қолдау**

- **Эмоционалдық білім беру:** Жасөспірімдерге өз сезімдерін тану, оларды басқару және әлеуметтік дағдыларды дамыту бойынша курстар өткізу. Психологиялық дағдыларды қалыптастыру буллингке қарсы тұруда көмектеседі.

- **Психологтардың рөлі:** Мектептер мен басқа да білім беру ұйымдарында психологтар мен кеңесшілердің болуы, олардың жәбірленушілер мен буллинг жасаушылармен жұмыс істеуі.

#### **4. Тиімді коммуникация**

- **Ашық байланыс:** Оқушылар мен мұғалімдер, ата-аналар арасындағы ашық қарым-қатынасты қамтамасыз ету. Оқушылардың проблемалары мен пікірлерін тыңдау, оларды қолдау.

- **Хабарлау механизмдері:** Буллинг жағдайлары туралы хабарлау үшін анонимді жүйелерді енгізу. Оқушыларға өздерінің қауіпсіздігін қамтамасыз ету үшін сенімді жолдармен жүгінуге мүмкіндік беру.

## **5. Саяси және ұйымдастырушылық қолдау**

- **Мектеп саясаты:** Буллингке қарсы саясаттарды әзірлеу және жүзеге асыру. Жазалау және алдын алу шараларын анықтау, барлық мүдделі тараптардың қатысуын қамтамасыз ету.

- **Қоғамдық қолдау:** Қоғамның, ата-аналардың, және жергілікті биліктің буллинг мәселесіне назар аударуы. Бұл мәселелерді шешуге бағытталған жобалар мен бағдарламаларды қолдау.

Буллингтің алдын алу алғышарттары — бұл кешенді тәсілді талап ететін шаралар. Оларды жүзеге асыру арқылы біз жастар арасында қауіпсіз, қолдау көрсететін орта құра аламыз. Тек бірлесе отырып, біз буллингтің теріс әсерлерін азайта аламыз және жас ұрпақты қорғай аламыз.

### **2-кесте. Буллингтің алдын алу жолдары:**

| №  | Алдын алу жолдары                         | Сипаттамасы                                                          |
|----|-------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| 1  | Болып жатқан жағдайды мұқият зерттеу      | Мектепте және айналасында болған оқиғаларды талдау                   |
| 2  | «Құпия» жерлерді бақылау                  | Жасөспірімдердің жалғыз қалатын орындарын тексеру                    |
| 3  | Анонимдік шартты сақтау                   | Жасөспірімдердің өз пікірлері мен шағымдарын жасыруға мүмкіндік беру |
| 4  | Қарым-қатынастағы айырмашылықты түсіндіру | Өртүрлілікке құрмет пен түсіністік қалыптастыру                      |
| 5  | Қолдау тобын құру                         | Жәбірленушілерге қолдау көрсету үшін топтар құру                     |
| 6  | Топтасуға арналған тренингтер өткізу      | Оқушыларға командада жұмыс істеу дағдыларын үйрету                   |
| 7  | Жәбірленушінің өзін-өзі бағалауын арттыру | Психологиялық қолдау мен сенімділікті дамыту.                        |
| 8  | Баланы өзін-өзі қорғауға бағыттау         | Өзін-өзі қорғау дағдыларын үйрету                                    |
| 9  | Агрессор балалардың ата-аналарды тарту    | Ата-аналарды мәселені шешуге қатыстыру                               |
| 10 | Мүмкіндігі шектеулі балаға көмекші табу   | Арнайы қажеттіліктері бар балаларға көмек көрсету                    |

**Алдын алу үш кезеңде жүзеге асырылады: диагностика, алдын алу әдістері және рефлексия.**

Диагностикалық кезеңде сауалнамалар және социометрия жүргізіледі, алдын алу әдістері — белгілі бір тақырыптар бойынша сынып сағаттары (буллинг, төзімділік және т.б). Рефлексия кезеңінде сыныппен топтық рефлексия қолданылады.

Білім беру ортасындағы жасөспірімдер арасындағы зорлық-зомбылықтың алдын алуда сауалнама арқылы зерттеудің көмегі орасан зор.

Буллинг көріністерінің себептерінің бірі білім беру ұйымының атмосферасы. Егер бұл себеп буллинг жағдайларының негізгі себептерінің бірі болса, сауалнама нәтижелері бойынша педагогикалық ұжыммен жұмыс жүргізу қажет. Содан кейін мұғалімдер мен оқушылар арасындағы буллингтің алдын алу жұмыстарын бастауы керек.

Алдын алу әдістерінің бірі ретінде сынып сағаттарын ұйымдастыруға болады, оның негізгі идеялары айналадағы адамдарға құрмет пен толерантты қарым-қатынас туралы тақырыптар болуы керек.

Сондай-ақ, педагог-психолог сынып ұжымын біріктіру, толеранттылықты, басқаларға қатысты эмпатикалық ойлауды дамыту үшін сыныптармен тренингтер өткізе алады. Буллингтің алдын алу негізінен буллингтің ықтимал қатысушыларына бағытталған, ол оқушылармен және олардың отбасыларымен жұмысты қамтиды.

Отбасы мен тәрбиенің түрін, ата-ананың балаларына деген мінез-құлқын анықтау маңызды. Педагог-психолог жасөспіріммен және оның ата-анасымен бірлесе жұмыс істеп, жасөспірімнің эмоционалдық әл-ауқатының төмендеуіне және оның оңтайлы психикалық дамуының ауытқуына әкелуі мүмкін, ата-ана мен бала қарым-қатынасының бұзылуын зерттеп, түзету жұмыстарын жүргізуі керек.

Педагог-психологтың буллингтің алдын алу бойынша жұмысында белгілі бір оқушымен және жалпы топпен жұмысы маңызды орын алады. Әрбір жасөспірімге өмірдің қиын сәттерінде өз көзқарасын тауып, қолдау көрсетіп, сонымен қатар жасөспірімнің жеке басының ерекшеліктерін, жігері мен күшін ескере отырып, оны дұрыс жолға бағыттауы керек.

Жасөспірімдер арасындағы буллингтің алдын алуды жүзеге асыра отырып, психолог жасөспірімдерде қалыптасқан әлеуметтік ауытқуларды түзетуге, сыныпта достық және сенімді қарым-қатынастарды құруға ерекше назар аударуы керек. Сынып ұжымында бірлескен жұмыс барысында өзара көмек пен қолдауға негізделген қарым-қатынастарды құру өте маңызды. Білім беру ұйымдарында қауіпсіз психологиялық жағдай жасау үшін алдын алу шараларын бір жүйеге біріктірген дұрыс.

### **Балаңыздың қатарластары тарапынан буллингке ұшырағанын қалай байқауға болады?**

Әдетте буллингке ұшыраған баланың қызығушылығы жоғалады. Мысалы, сурет салуды ұнататын баланың оған деген қызығушылығы төмендеуі мүмкін. Оқу үлгерімінің нашарлап, мектепке барудан бас тартуы мүмкін. Одан бөлек, буллинг онлайн-кеңістікте де

болуы мүмкін: баланы ортақ чаттан шығарып, бұғаттап, оған жағымсыз нәрселер жіберген болуы мүмкін.

Буллингке ұшыраған балада психосоматикалық бұзылыстар байқала бастайды: жиі басы ауырады, ұйқы мен тәбет проблемасы байқалады, созылмалы аурулар асқынуы мүмкін. Бұған қоса депрессия, мазасыздық, невротикалық белгілер пайда болады.

Буллингке ұшыраған балалар көбіне мектепте не болып жатқанын ата-анасына айтуға қорқады. Сондықтан кез келген ата-ана баланың буллингтен зардап шеккенін байқауы керек. Қысым көрген баланың мінез-құлығында мынадай өзгерістер болуы мүмкін:

- өзінен кіші балалар мен жануарларға агрессиямен қарау;
- ұйқы немесе тамақтану режимінің бұзылуы;
- концентрацияның жоғалуы;
- тез шаршау;
- тыныштықта көп болу;
- реніш;
- өзгеден оқшаулану.

### **Буллинг пен кибербуллингің баланың болашағына әсері қандай?**

Білім беру ұйымдарындағы буллинг барлық балалар үшін жағымсыз салдарға алып келеді. 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.

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

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.

Сонымен қатар балалардың өміріне түрлі гаджеттер мен ойындардың араласып кетуі оларға қарсы көрсеткіштердің бірі болып табылады.

### **Халықаралық тәжірибе:**

Буллингті алдын алу әлемнің көптеген елдерінде маңызды мәселе ретінде қарастырылады. Халықаралық тәжірибе әр түрлі стратегияларды, бағдарламаларды және саясаттарды қамтиды, олар буллингті жою мен алдын алуға бағытталған. Мұнда бірнеше елдердің тәжірибесін қарастыруға болады. Мысалы:

### **1. Швеция**

**Білім беру жүйесі:** Швецияда буллингке қарсы кешенді бағдарлама енгізілген. Мұғалімдер мен ата-аналарға арналған арнайы тренингтер өткізіледі, жастарды буллингтің зиянды әсерлері мен алдын алу әдістері туралы ақпараттандырады.

**Бұқаралық ақпарат құралдары:** Елде буллинг туралы ақпараттандыру науқандары ұйымдастырылып, жастар арасында әлеуметтік медианың теріс әсерлерін түсіндіреді.

### **2. Финляндия**

**"KiVa" бағдарламасы:** Финляндияда "KiVa" бағдарламасы іске асырылады, бұл білім беру ұйымдарында буллингпен күресудің жүйелі тәсілі. Бағдарлама аясында мұғалімдер мен оқушыларға тренингтер өткізіледі, буллингке қарсы шаралар мен қолдау жүйесі қалыптастырылады.

**Топтық жұмыстар:** Бағдарлама оқушылар арасында командалық жұмысты нығайтуға, буллингтің алдын алу үшін топтық жобаларды жүзеге асыруға бағытталған.

### **3. Австралия**

**Науқандар мен жобалар:** Австралияда "Bullying. No Way!" атты ұлттық науқан бар. Ол мектептер мен қоғамдастықтарға буллингті анықтау, алдын алу және жоюға көмектеседі.

**Ақпараттық ресурстар:** Оқушылар мен ата-аналарға арналған веб-сайттар мен ресурстар ұсынылады, онда буллингтің белгілері мен оның алдын алу әдістері туралы ақпарат беріледі.

### **4. Канада**

**Зерттеулер мен мәліметтер жинау:** Канадада буллингтің алдын алу және жою бойынша зерттеулер жүргізіледі, нәтижелері қоғамдастыққа ұсынылады. Мектептердегі буллинг статистикасы мен оның әсерлерін зерттеу арқылы нақты шаралар қабылданады.

### **5. АҚШ**

**Мемлекеттік бағдарламалар:** АҚШ-та буллингке қарсы мемлекеттік бағдарламалар, оның ішінде "StopBullying.gov" порталы жұмыс істейді. Бұл ресурс жасөспірімдерге, ата-аналар мен педагогтарға буллинг туралы ақпарат беріп, оны жоюға көмектеседі.

- **Кибербуллингке қарсы заңдар:** Көптеген штаттарда кибербуллингті анықтау және жою үшін арнайы заңдар қабылданған.

Халықаралық тәжірибе буллингтің алдын алуда түрлі тәсілдер мен стратегиялардың тиімділігін көрсетеді. Кешенді және көп деңгейлі шараларды жүзеге асыру арқылы, әр ел буллинг мәселесін тиімді түрде шешуге тырысады. Буллингпен күресте жастар, ата-аналар, мұғалімдер

және қоғамның барлығын тарту маңызды. Тек бірлесе отырып, біз қауіпсіз және қолдау көрсететін орта жасай аламыз.

### **Қорытынды:**

**Буллинг –** жастардың психологиялық және әлеуметтік дамуына теріс әсер ететін күрделі мәселе. Оны алдын алу және жою үшін кешенді тәсілдерді қолдану қажет.

Біріншіден, ақпараттандыру мен білім беру маңызды рөл атқарады. Оқушылар мен ата-аналарды буллинктің белгілері, оның зиянды әсерлері және алдын алу әдістері туралы хабардар ету арқылы қоғамның түсінігін арттыру қажет.

Екіншіден, психологиялық қолдау жүйелері мен қауіпсіз орта қалыптастыру жасөспірімдерге өздерін қорғауға, әлеуметтік дағдыларды дамытуға және агрессияға қарсы тұруға көмектеседі. Білім беру ұйымдары мен жастар ұйымдарында буллинктің алдын алу үшін нақты саясаттар мен шараларды енгізу маңызды.

Халықаралық тәжірибе де буллинктің алдын алу мен жою жолында тиімді шешімдер ұсынады. Түрлі елдердің бағдарламалары мен стратегиялары арқылы біз бұл мәселені шешудің жаңа тәсілдерін үйрене аламыз. Тек бірлескен күш-жігер арқылы, қоғамның барлық мүдделі тараптарын – жастар, ата-аналар, мұғалімдер мен мемлекеттік ұйымдарды – буллинктің алдын алу мен жоюға тарту арқылы, біз қауіпсіз және қолдау көрсететін орта қалыптастыра аламыз. Буллинктің теріс әсерлерін азайту және жас ұрпақты қорғау – бұл біздің барлығымыздың міндетіміз. Буллинг – қазіргі қоғамда жастардың психологиялық, эмоционалдық және әлеуметтік дамуына теріс әсер ететін маңызды проблема. Оның алдын алу және жою мәселесі барлығымыз үшін жауапкершілік жүктейді. Буллинктің себептері мен түрлерін тереңірек түсіну, бұл мәселенің күрделілігін және оның әрбір жасөспірім үшін қаншалықты қауіпті екенін көрсетеді.

Буллинг – бұл тек жеке тұлғалар арасындағы мәселе емес, бүкіл қоғамды қамтитын күрделі әлеуметтік проблема. Біз барлығымыздың міндетіміз – жасөспірімдердің қауіпсіздігін қамтамасыз ету, оларды қорғау және қолдау көрсету. Тек бірлескен күш-жігер арқылы, біз буллинктің теріс әсерлерін азайта аламыз және жастар үшін қолайлы, қауіпсіз орта қалыптастыра аламыз. Әр жасөспірімнің құқықтары мен әл-ауқаты біз үшін басты назарда болуы тиіс.

### **Ұсынымдар:**

**Буллингтің алдын алу** – бұл кешенді шараларды қажет ететін процесс. Міне, бірнеше ұсыныс, оларды жүзеге асыру арқылы буллинг мәселесін тиімді түрде шешуге болады:

### **1. Ақпараттандыру және білім беру**

- **Білім беру ұйымдарында білім беру бағдарламаларын енгізу:** Буллинг, оның себептері мен салдары туралы ақпарат беретін оқыту курстарын ұйымдастыру. Ақпараттандыру және білім беру, оқушыларға және мұғалімдерге арнайы тренингтер өткізу.
- **Ата-аналарға арналған ақпараттық семинарлар:** Ата-аналарды буллингтің белгілері мен оған қарсы күрес жолдары туралы хабардар ету. Ата-аналарға қолдау көрсету үшін ресурстар мен ақпараттық парақшалар тарату.

### **2. Психологиялық қолдау**

**Білім беру ұйымдарында психологтардың болуы:** Оқушыларға психологиялық қолдау көрсету үшін психологтардың рөлін арттыру. Психологтар буллингпен байланысты мәселелерді шешуге, жәбірленушілер мен буллинг жасаушылармен жұмыс істеуге көмектеседі. Эмоционалдық және әлеуметтік дағдыларды дамыту: Оқушыларға әлеуметтік дағдыларды, эмоционалдық интеллектті дамыту бойынша курстар өткізу. Бұл олардың агрессияға қарсы тұру қабілетін арттырады.

### **3. Қауіпсіз орта құру**

**Позитивті білім беру ұйымдарының мәдениетін қалыптастыру:** Білім беру ұйымдарында ашық және қолдау көрсететін атмосфераны құру. Оқушылар арасындағы достық, өзара құрмет және ынтымақтастықты нығайту.

**Сыныптағы рөлдерді анықтау:** Оқушыларға топтық жұмыстарда рөлдер мен жауапкершіліктерді анықтау, бұл олардың өзара байланысын нығайтуға көмектеседі.

### **4. Топтық жұмыстар мен іс-шаралар**

**Командалық жобалар:** Оқушыларды командалық жобаларға тарту, бұл олардың арасындағы ынтымақтастықты және бір-біріне қолдау көрсетуді арттырады.

**Спорттық және мәдени іс-шаралар:** Мектептер мен жастар ұйымдарында спорттық, мәдени және шығармашылық іс-шараларды ұйымдастыру, оларды біріктіру.

### **5. Кибербуллингке қарсы шаралар**

**Интернеттегі қауіпсіздік туралы білім:** Жасөспірімдерге интернет қауіпсіздігі, кибербуллингтің белгілері және онымен күресу әдістері туралы ақпарат беру. Оларға кибербуллинг туралы хабарлаудың қауіпсіз жолдарын түсіндіру.

**Медиа сауаттылық:** Оқушыларға медиа сауаттылықты дамыту, зорлық-зомбылықты насихаттайтын контентті анықтау қабілетін арттыру.

## **6. Заңнамалық қолдау**

**Буллингке қарсы заңдардың қабылдануы:** Мемлекет деңгейінде буллингке қарсы заңдар мен саясаттарды қабылдау, олардың тиімділігін бақылау. Білім беру ұйымдарында буллинг жағдайларына арналған арнайы саясаттарды енгізу.

**Құқық қорғау органдарының қатысуы:** Буллинктің ауыр жағдайлары бойынша құқық қорғау органдарының қатысуын қамтамасыз ету.

## **7. Қоғамдық науқандар**

**Науқандар мен жобалар:** Қоғамдық ұйымдар мен мекемелердің буллингке қарсы науқандарын ұйымдастыру. Жастар арасында буллинктің зиянды әсерлерін насихаттау.

**Ақпараттық ресурстар:** Жасөспірімдер мен ата-аналарға арналған ресурстарды құру, оларды буллинг мәселесі бойынша хабардар ету.

Буллинктің алдын алу және жою – бұл қоғамның, білім беру ұйымдарының, ата-аналардың және жастардың бірлескен күш-жігерін талап ететін процесс. Жоғарыда ұсынылған шараларды жүзеге асыру арқылы біз буллинктің теріс әсерлерін азайтып, жасөспірімдер үшін қауіпсіз, қолдау көрсететін орта қалыптастыра аламыз. Тек бірлесе отырып, біз жас ұрпақты қорғап, олардың психологиялық әл-ауқатын қамтамасыз ете аламыз. Жас ұрпақтың психологиялық әл-ауқаты мен құқықтарын қорғау – бұл біздің ортақ міндетіміз.

## **Пайдаланылған дереккөздер тізімі:**

1. Қазақстан Республикасының Балалардың құқықтарын қорғау туралы заңы: Балалардың құқықтарын қорғау және буллинг мәселелерін шешу.
2. Қазақстан Республикасының Құқық бұзушылықтардың профилактикасы туралы заңы: Әлеуметтік жағдайларды жақсартуға және құқық бұзушылықтарды болдырмауға бағытталған.
3. С.К.Көшербаев. "Жасөспірімдер арасында буллинктің алдын алу: теория мен практика". Алматы, 2021.
4. Г.А.Байқадамова. "Психологиялық көмек және буллинктің алдын алу". Астана, 2020.
5. Қазақстан Республикасы Білім және ғылым министрлігі. "Буллинктің алдын алу бойынша әдістемелік ұсынымдар". 2022.

6. "Тренинг: Жасөспірімдер арасында буллингпен күрес" (практикалық семинар материалы).
7. Өтеген Қ. "Қиын" оқушыларды адамгершілікке тәрбиелеу// Бастауыш мектебі 2007 № 3, 3-6 бет
8. Сұлтанбекова А., Малдыбаева А. Агрессивті мінез-құлық //Қазақстан мектебі 2005 №5-6 мамыр-маусым , 27 бет.
9. Қалыбаева Р .Мектеп психологының “ қиын ” балалармен жұмыс әдісі//. Мектептегі психология 2007 № 1.
10. Қойжігітов А. Девиантты іс-әрекетті балалар мәселесі. // Ұстаздар пайымы 2007 № 3 , 2-9 бет
11. Коробкина Н. Наши трудные дети // Практическая психология 2007 № 1(7) С . 35-37