

**Міністерство освіти і науки України**  
**Сумський державний університет**  
**Факультет іноземної філології та соціальних комунікацій**  
**Кафедра психології, політології та соціокультурних технологій**

ДОПУСТИТИ ДО ЗАХИСТУ

Завідувач кафедри

\_\_Світайло Н.Д\_\_

«\_\_»\_\_\_\_\_ 2021\_\_р.

**КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА**

здобувача ступеня бакалавра соціальної роботи

Будко Маргарити Юріївни

на тему:

**«Тренінгова техніка в превенції шкільного булінгу**

**(серед учнів VII-X класів ЗОШ №25)»**

(галузь знань 23 «Соціальна робота», спеціальність 231 «Соціальна  
робота»)

Науковий керівник

Щербина-Яковлева О.Ю.,

доктор філософських наук, професор,

професор кафедри психології,

політології та соціокультурних технологій

Сумського державного університету

\_\_\_\_\_  
(підпис)

«\_\_»\_\_\_\_\_ 2021\_\_р.

**Підсумкова оцінка:**

Національна шкала \_\_\_\_\_

Кількість балів ECTS \_\_\_\_\_

Члени комісії \_\_\_\_\_

(підпис) (прізвище та ініціали)

Члени комісії \_\_\_\_\_

(підпис) (прізвище та ініціали)

Члени комісії \_\_\_\_\_

(підпис) прізвище та ініціали)

Суми 2021

## РЕФЕРАТ

Пояснювальна записка до кваліфікаційної роботи здобувача ступеня бакалавра соціальної роботи П.І.Б. на тему: «Тренінгова техніка в превенції шкільного булінгу (серед учнів VII-X класів ЗОШ №25)». Містить XX сторінок, XX використаних джерел, X додатків).

Ключові слова: булінг, шкільне середовище, учні, тренінг, тренінгові техніки, ролі у булінгу, профілактика шкільного булінгу, тренінгові вправи, агресія, цькування, кривдник, жертва, спостерігачі булінгу.

Об'єкт дослідження: явище шкільного булінгу як соціальна проблема. Предмет дослідження – тренінгові техніки для учнів як засіб профілактики шкільного булінгу.

Мета та завдання дослідження полягають у розробленні та обґрунтуванні тренінгових технік в превенції шкільного булінгу серед учнів 7-х класів ЗОШ №25.

Результатом кваліфікаційної роботи є розроблене та проведене тренінгове заняття на тему: «Профілактика булінгу в шкільному середовищі». Матеріали кваліфікаційної роботи рекомендується використовувати у профілактичній роботі з учнями-підлітками з метою превенції булінгу в шкільному середовищі.

## ЗМІСТ

|  |    |
|--|----|
| <b>ВСТУП</b> .....   | 4  |
| <b>РОЗДІЛ 1. ХАРАКТЕРИСТИКА ТЕОРЕТИЧНОЇ РОЗРОБЛЕНОСТІ ПРОБЛЕМИ ШКІЛЬНОГО БУЛІНГУ</b> .....   | 9  |
| 1.1. Розкриття теоретичних понять щодо булінгу як соціальної проблеми, цільової групи учнів, методів вирішення проблеми шкільного булінгу..... | 9  |
| 1.2. Рівень розробленості наукових уявлень та ступінь дослідження соціальної проблеми шкільного булінгу.....                                   | 15 |
| 1.3. Розкриття правових засад профілактики булінгу.....  | 25 |
| 1.4. Етичні засади профілактичної роботи з учнями-підлітками.....  | 35 |
| Висновки до розділу 1.....   | 37 |
| <b>РОЗДІЛ 2. ОБГРУНТУВАННЯ ТРЕНІНГОВОЇ ТЕХНІКИ В ПРЕВЕНЦІЇ ШКІЛЬНОГО БУЛІНГУ</b> .....   | 39 |
| 2.1. Опис експериментальної практичної методики тренінгу як засобу превенції шкільного булінгу.....  | 39 |
| 2.2. Опис бази практики.....   | 44 |
| 2.3. Аналіз отриманих результатів проведення тренінгового заняття серед учнів 7-го класу КУ ЗОШ №25.....                                       | 47 |
| Висновки до розділу 2.....   | 49 |
| <b>ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ</b> .....   | 52 |
| <b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b> .....  | 56 |
| <b>ДОДАТКИ</b> .....   | 57 |

## ВСТУП

**Актуальність теми.** Проблема, на якій зосереджена дана робота, буде відома усім нам без винятку, адже існує з давніх-давен, ще відколи почало існувати людство. Зараз це явище стало мати сучасну назву – «булінг», останнім часом ми чуємо це слово все частіше і частіше. Трохи раніше ми називали це знущанням, цькуванням, скривдженням тощо. Чому про це потрібно говорити і чому цю проблему потрібно неодмінно брати до уваги? За даними Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ), в Україні 67% дітей від 11 до 17 років стикалися з проблемою булінгу, а 24% дітей були жертвами цькування. Крім того 40% опитаних дітей соромляться говорити про це, а 22% вважають нормальним явищем. За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) Україна посідає четверту сходинку серед країн Європи за рівнем проявів агресії підлітків. На першому місці – Росія, на другому – Албанія, на третьому – Білорусь. [14,16]

З явищем цькування стикалися майже всі, особливо у шкільні роки, що може призвести до багатьох різних наслідків як для кривдника, так і для жертви, а також залишити свої відбитки вже у дорослому житті. Саме тому ця тема завжди буде актуальною.

**Об'єктом дослідження** є явище шкільного булінгу як соціальна проблема.

**Предмет дослідження** – тренінгові техніки для учнів як засіб профілактики шкільного булінгу.

**Метою** бакалаврської роботи є розроблення та обґрунтування тренінгових технік в превенції шкільного булінгу серед учнів 7-х класів ЗОШ №25.

**Завдання :**

- виявити рівень теоретичної розробленості проблеми шкільного булінгу;
- проаналізувати нормативно-правову базу з питання шкільного булінгу

- охарактеризувати явище шкільного булінгу як проблему, що вимагає розроблення активних практичних заходів для його превенції;
- розкрити інноваційні компоненти тренінгового методу в превенції шкільного булінгу;
- розробити та експериментально перевірити у практичній роботі тренінговий метод як спосіб профілактики шкільного булінгу.

Булінг — це прояв нетерпимості до прав людини і форма насильства, де постраждати може будь-хто, незалежно від гендерної ідентичності та віку. У школі від булінгу страждають як хлопці, так і дівчата. Жертвами цькування можуть стати навіть вчителі. Булінг суперечить таким базовим поняттями як толерантність, права людини, взаємоповага. Він буває різний, іноді це звичайне цькування або насмішки, а іноді це доходить до жорсткого психологічного насилля, в деяких випадках – разом із фізичним насиллям. На жаль, ніхто не може бути на 100 відсотків упевнений, що не стане жертвою цього явища, адже зазвичай агресори (кривдники) знущаються з інших через свої особисті проблеми, комплекси, невпевненість у собі, проблеми у вихованні або його відсутність і т.д. Жертвами стають у більшості випадків абсолютно нормальні люди (діти), тому що, навряд-чи людина, у якої все добре, яка має здорову психіку, почне над кимось цілеспрямовано знущатись. Деякі такі «жертви» булінгу можуть впевнено дати відсіч агресорам або взагалі не реагувати на цькування, але на жаль, це вдається далеко не усім. Діти – жертви піддаються кривдникам, бурхливо реагують, замикаються у собі, стають невпевненими, більш безпечними наслідками є поява комплексів, невміння відкрито спілкуватися, занижена самооцінка, а найстрашнішим є скалічення психіки з дитинства, нервові зриви, а в деяких випадках взагалі все це може призвести до суїцидальних проявів. [1]

Батькам, вихователям, педагогам треба слідкувати за поведінкою своїх вихованців та учнів, регулярно проводити бесіди з ними та боротися з булінгом, якщо таке явище присутнє у колективі. Часто педагоги чи навіть батьки не в змозі самотійно вирішити цю проблему, тому в таких випадках

варто звертатись за допомогою до психолога і вчасно намагатись подолати цькування.

Перші публікації на тему шкільного приниження з'явилися ще в 1905 р. Дослідженням проблеми булінгу займалися переважно зарубіжні науковці, серед яких варто відмітити скандинавських вчених (Д.Ольвеуса, Е.Ролланда, П.Хайнеманна) та британських дослідників (Д.Лейна, В.Ортона, Д.Таттума). У США особливу увагу до булінгу почали виявляти на початку 90-х років ХХ ст. В Україні проблема булінгу лише починає вивчатися. Вітчизняні дослідження, як правило, здійснюються у напрямку педагогіки й психології та ґрунтуються на закордонних розробках теорії булінгу. Існують різні підходи до визначення поняття «булінг». Британські дослідники Д. Лейн та Е. Міллер визначають булінг як довготривалий процес усвідомленого жорстокого поводження, фізичного або психічного, з боку індивіда або групи по відношенню до іншого індивіда, який не здатен себе захистити в даній ситуації. Д. Ольвеус під булінгом розуміє умисну, систематично повторювану та агресивну поведінку, що включає нерівність соціальної влади або фізичної сили. Е. Роланд визначає булінг як соціальну систему, яка включає переслідувача, жертву, а також сторонніх спостерігачів. Л. Кішлі вважає, що основною характеристикою булінгу є емоційне приниження, образа почуттів людини, висловлювання принизливих оцінок щодо іншої людини, що призводить до виключення її з групи. [1]

Середовищем, де найбільш сконцентровані прояви булінгу, є школа, тому саме даний заклад є базою проведення практичної частини бакалаврської роботи.

В результаті ускладнення ситуації в соціально-політичній, економічній, освітній та інших сферах суспільного життя, рівень насильства в суспільстві на сьогоднішній день збільшився в декілька разів. Підлітки є найбільш вразливою категорією суспільства. Оскільки саме в так званому перехідному віці активно формуються власна система сприйняття світу, система цінностей та пріоритетів, то діти переймають різні моделі поведінки дорослих, і, на жаль,

насильство стає однією з таких моделей. Однією з найпоширеніших проблем у дитячому середовищі сьогодні є булінг, який прийнято розглядати як небажану агресивну поведінку дітей шкільного віку, що призводить до цькування дитини іншою дитиною або групою дітей з метою приниження, залякування та демонстрації сили. [12]

У підготовку соціальних працівників у вищій школі доцільно змістити акценти в напрямі майбутньої професійної діяльності конкретного студента, навчити його використанню вивченого у реальному житті. Тобто набуває актуальності включення в навчальний процес інтерактивних технологій, що ґрунтуються на міжособистісній взаємодії рівнів "викладач-студент", "студент-студент". Однією з таких технологій вважаємо тренінги, як один із засобів сприяння успішному професійному становленню, в умовах котрих кожен студент має змогу для продукування нових ідей для використання у взаємодії на рівні "соціальний працівник-клієнт", навчання ідентифікації себе в професійній діяльності, визначення шляхів професійного зростання, формування власного професійного стилю. Термін "**тренінг**" складно піддається однозначному визначенню. В перекладі з англійської він має низку значень: навчання, виховання, тренування, дресирування. В широкому розумінні тренінг – будь-яке активне соціально-психологічне навчання, що здійснюється з опорою на механізми групової взаємодії; практика психологічного впливу, заснована на активних методах групової роботи. [8]

Лора Паркер Роерден створила просвітницько-профілактичну програму тренінгових занять «Не смійся з мене» у межах проекту «Повага дією» за задумом «Пітер Ярроу Продакшнз» і «Педагоги за суспільну відповідальність». Основою програми «Не смійся з мене» є теза про те, що діти найкраще засвоюють інформацію тоді, коли їх активно залучають до процесу навчання. Успіх цього підходу полягає у виробленні основи для підтримки характерних рис, притаманних різним переживанням – ризикові, веселощам, груповій роботі, спілкуванню. Саме під час тренінгового заняття діти (підлітки) поринають у цікаву діяльність формату гри та простого щирого

спілкування. Програма тренінгових занять «Не смійся з мене» успішно впроваджується у багатьох країнах світу, знаходячи теплу підтримку серед дорослих і дітей. [9]

Саме тому у рамках бакалаврської роботи розглядається використання саме тренінгових технік з метою превенції явища булінгу. Адже це не тільки доволі знайомий і звичний формат роботи у закладах освіти, а й дієвий, що доводить практика багатьох дослідників.

У попередніх курсових роботах використовувалися елементи тренінгу у відео-форматі для перегляду учнями 7-х класів КУ ЗОШ №25. Тобто учні опосередковано спостерігали висвітлені у відео методи боротьби із явищем булінгу. Цього разу цільова аудиторія безпосередньо бере участь у тренінговому занятті онлайн, що матиме більш включений та ефективно закріплений результат.



## **РОЗДІЛ 1. ХАРАКТЕРИСТИКА ТЕОРЕТИЧНОЇ РОЗРОБЛЕНОСТІ ПРОБЛЕМИ ШКІЛЬНОГО БУЛІНГУ**

### **1.1. Розкриття теоретичних понять щодо булінгу як соціальної проблеми, цільової групи учнів, методів вирішення проблеми шкільного булінгу**

Термін «булінг» походить від англійського дієслова *to bully* – задиратися, знущатися, змушувати погрозами, а також англійського іменника *abully* – хуліган, забіяка. Осередком, у якому найбільш яскраво представлений булінг, є школа – місце, де більшість часу проводить середньостатистичний підліток. Перші публікації на тему шкільного приниження з'явилися ще в 1905 р. Дослідженням проблеми булінгу займалися переважно зарубіжні науковці, серед яких варто відмітити скандинавських вчених (Д.Ольвеуса, Е.Ролланда, П.Хайнеманна) та британських дослідників (Д.Лейна, В.Ортона, Д.Таттума). У США особливу увагу до булінгу почали виявляти на початку 90-х років ХХ ст. В Україні проблема булінгу лише починає вивчатися. Вітчизняні дослідження, як правило, здійснюються у напрямку педагогіки й психології та ґрунтуються на закордонних розробках теорії булінгу. Існують різні підходи до визначення поняття «булінг». Британські дослідники Д. Лейн та Е. Міллер визначають булінг як довготривалий процес усвідомленого жорстокого поводження, фізичного або психічного, з боку індивіда або групи по відношенню до іншого індивіда, який не здатен себе захистити в даній ситуації. Д. Ольвеус під булінгом розуміє умисну, систематично повторювану та агресивну поведінку, що включає нерівність соціальної влади або фізичної сили. Е. Роланд визначає булінг як соціальну систему, яка включає переслідувача, жертву, а також сторонніх спостерігачів. Л. Кішлі вважає, що основною характеристикою булінгу є емоційне приниження, образа почуттів

людини, висловлювання принизливих оцінок щодо іншої людини, що призводить до виключення її з групи. [1]

Дослідниця виділяє **сім ознак булінгу**: 1) емоційне приниження, що включає вербальні і невербальні способи вираження; 2) продовження емоційно образливої і принизливої поведінки впродовж тривалого періоду; 3) непривітна і недовірлива поведінка; 4) втручання у приватне життя людини; 5) погіршення психологічного і фізичного стану людини, на яку спрямована агресія; 6) намір завдати шкоду іншій людині, що дозволяє чи сприяє, щоб ця людина пережила травмуючі події; 7) агресор займає вище становище, ніж його жертва, і відповідно дозволяє собі дії, що принижують гідність і завдають моральної або фізичної шкоди іншій людині. [1]

**Булінг** – це, безумовно, насильство, що має умисний характер і проявляється, як правило, у тривалих, неодноразово повторюваних діях фізичного та/або психічного характеру з боку особи або групи осіб, які володіють певними перевагами (фізичними, адміністративними, психологічними тощо), вчинюваних з певною, визначеною метою (залякати, примусити зізнатися у чомусь, покарати за вчинення якогось діяння тощо). [16]

Булінг буває:

- **фізичний** — нанесення тілесних ушкоджень;
- **економічний** — навмисне пошкодження особистих речей, вимагання грошей, крадіжки;
- **психологічний** — образи, погрози, непристойні жарти, ігнорування, шантаж, наклеп чи маніпуляції;
- **сексуальний** — жарти сексуального характеру, принизливі жести та образливі чутки, зйомки у роздягальнях, сексуальні погрози;

- **кібербулінг** — це переслідування за допомогою електронних пристроїв, в тому числі мобільних телефонів та інтернету.

### **Які ознаки булінгу і як довго він триває**

Не варто булінг плутати із конфліктом. Конфлікт — це тимчасове непорозуміння між людьми через різні погляди стосовно того чи іншого питання. Сторони конфлікту зазвичай не мають фізичної або іншої переваги один над одним на відміну від булінгу, коли кривдник обирає слабшу за себе людину.

У булінгу зазвичай є три сторони — кривдник (булер), потерпілий (жертва) і спостерігачі. Ознакою булінгу є систематичність дій, в результаті яких потерпілі відчувають приниження, страх, тривогу або соціальну ізоляцію у колективі.

Тривати булінг може тиждень чи місяць, а може й довше. Все залежить від того, як себе поведуть не тільки постраждалий чи кривдник, а і спостерігачі, які соромляться чи бояться сказати про прояви булінгу. Інколи спостерігачі не кажуть про це, бо підтримують самого булера. [12]

### **Причини, що спонукають до булінгу**

Все залежить від мети, яку кривдник переслідує. Здебільшого булер так самостверджується в колективі. Ще сьогодні подається багато негативної інформації по телевізору чи в інтернеті, агресивні комп'ютерні ігри теж можуть спонукати дитину до агресивної поведінки. Також причиною подібної поведінки може бути насильство в сім'ї. Коли батьки змушують дитину робити те, чого вона не хоче. Навіть якщо дитина стала тільки свідком такого насильства, все одно в подальшому вона «переносить» цей негатив на інших. [12]

### **Як не допустити проявів булінгу в школі**

Школа один із основних агентів гендерної соціалізації дитини. Саме на вчителів та вчительках лежить відповідальність за те, щоб вчасно виявити прояви булінгу і попередити його наслідки.

Для цього потрібно:

- постійно вести роз'яснювальну роботу серед учнів усіх вікових категорій. Проводити теоретичні та практичні навчання. Для найменших школярів — це заняття у вигляді гри з використанням інноваційних технологій. Під час тренінгів та практичних уроків вчити дітей слухати один одного, поважати іншу думку і разом знаходити правильне рішення;
- у випадку проявів булінгу не треба замовчувати проблему, інакше це може привести до шкоди фізичному або психічному здоров'ю дітей;
- проводити тренінги з питань протидії булінгу для вчителів, адже вони теж можуть стати його жертвами з боку школярів. [12]

Термін "**тренінг**" складно піддається однозначному визначенню. В перекладі з англійської він має низку значень: навчання, виховання, тренування, дресирування. В широкому розумінні тренінг – будь-яке активне соціально-психологічне навчання, що здійснюється з опорою на механізми групової взаємодії; практика психологічного впливу, заснована на активних методах групової роботи. Зустрічаються й такі трактування: – цілеспрямована та стандартизована послідовність дій по формуванню нових навичок поведінки; – галузь практичної психології, яка орієнтується на використання методів групової психологічної роботи з метою розвитку компетентності у спілкуванні; – засіб впливу, спрямований на розвиток знань, соціальних установок, вмінь та досвіду в сфері міжособистісного спілкування, засіб розвитку компетентності у спілкуванні; – цілеспрямована зміна, багатофункціональний метод психологічного впливу на людину з метою навчання, розвитку професійно-необхідних якостей, особистісних характеристик; – сукупність методів, спрямованих на розвиток здібностей до

навчання та оволодіння будь-яким складним видом діяльності.

Тренінг - це одночасно: цікавий процес пізнання себе та інших; спілкування; ефективна форма опанування знань; інструмент для формування умінь і навичок; форма розширення досвіду. Під час тренінгу створюється неформальне, невимушене спілкування, яке відкриває перед групою безліч варіантів розвитку та розв'язання проблеми, заради якої вона зібралася. Як правило, учасники в захваті від тренінгових методів, тому що ці методи роблять процес навчання цікавим, не обтяжливим. Тренінг і традиційні форми навчання мають суттєві відмінності. Традиційне навчання більш орієнтоване на правильну відповідь, і за своєю суттю є формою передачі інформації та засвоєння знань. Натомість тренінг, перш за все, орієнтований на запитання та пошук. На відміну від традиційних тренінгові форми навчання повністю охоплюють весь потенціал людини: рівень та обсяг її компетентності (соціальної, емоційної та інтелектуальної), самостійність, здатність до прийняття рішень, до взаємодії тощо. [8]

Так само, як і будь-яке навчальне заняття, тренінг має певну мету. Нею можуть бути:

- інформування та набуття учасниками тренінгу нових професійних навичок та умінь;
- панування нових технологій у професійній сфері;
- зменшення чогось небажаного (проявів поведінки, стилю неефективного спілкування, особливостей реагування тощо);
- зміна погляду на проблему;
- зміна погляду на процес навчання, аби зрозуміти, що він може давати наснагу та задоволення; підвищення здатності учасників до позитивного ставлення до себе та життя;
- пошук ефективних шляхів розв'язання поставлених проблем завдяки об'єднанню в тренінговій роботі різних спеціалістів, представників різних відомств, які впливають на розв'язання цих проблем;

- активізація громадськості щодо розв'язання актуальних проблем;
- здобуття альтернативної громадянської освіти. [12]

У шкільній аудиторії підліткового віку (7-х класів) тренінг з використанням методу ролівої гри буде особливо ефективним, адже цей метод відволікає від нав'язливої теми цькування, коли учні мають серйозно про це говорити, що є непростим процесом для дітей підліткового віку. В той час, як ігрові вправи викликають зацікавлення і являють собою перш за все гру за певними правилами і учні сприймають цей процес вже по-іншому, який не має на меті чомусь цілеспрямовано навчати і вкладати у голову якусь інформацію.

Важливо розуміти, що тренінгове заняття буде ефективним лише тоді, коли вона відповідає віку, рівню обізнаності її учасників щодо конкретних аспектів (тем) цієї програми, їх досвіду. Тому, готуючись до тренінгових занять, слід враховувати особливості їх учасників.

У загальному вигляді структура тренінгового заняття складається з трьох основних елементів: початок тренінгу (знайомства, визначення очікувань, вироблення (або повторення) правил роботи групи; основна частина тренінгу (виклад основного матеріалу); заключна частина тренінгу (підведення підсумків заняття). [8]

Когнітивно-поведінковий підхід покладено в методологію тренінгових занять. Він будується на уявленні про те, що поведінка людини визначається зовнішніми і внутрішніми факторами. У поведінковому підході значну роль відіграє вироблення необхідних поведінкових навичок. При цьому наголошується на значущості стійких характеристик особистості, таких як мотивація, установки й переконання, для формування певного типу поведінки. Ґрунтуючись на цьому підході, в програмі тренінгових занять реалізуються базові методологічні принципи зміни поведінки, які передбачають обов'язкове включення до тренінгових занять трьох компонентів: інформаційного; мотиваційного; поведінкового. Надання інформації про гідну ненасильницьку поведінку є обов'язковою умовою для зниження поведінкового ризику.

Мотивація до змін, у свою чергу, визначає дії дитини, які базуватимуться на отриманій інформації. Нарешті, вироблені навички поведінки в різних ситуаціях є останнім елементом, необхідним для того, щоб інформація та мотивація реалізувалися в позитивних поведінкових змінах.

Якщо приміщення, в якому заплановано заняття, не оснащено належним чином, не варто розчаровуватися та відмовлятися від проведення заняття. Адже гнучкість та професіоналізм ведучого відіграють набагато більшу роль, ніж матеріальне забезпечення заняття. Або якщо немає можливості для проведення живого тренінгу в аудиторії чи умови не відповідають тим, у яких зазвичай проводять тренінги, їх можна проводити в онлайн-форматі, особливо якщо це карантинні обмеження, коли учні навчаються в дистанційному режимі, вони певним чином пристосувались до такої форми подачі інформації, тож онлайн-тренінг також має бути ефективним у даних умовах.

## **1.2. Рівень розробленості наукових уявлень та ступінь дослідження соціальної проблеми шкільного булінгу**

У 2020 році науковцями було проведене дослідження, метою якого було всебічне вивчення впливу схильності учнів старших класів закладів загальної середньої освіти (ЗЗСО) до булінгу на їхнє психічне здоров'я та проведення відповідного емпіричного дослідження. [3]

Суттєві зміни в економічній сфері та соціальній політиці, криза сучасної родини, низький соціальний статус, безробіття, нав'язування ідеології споживання, відмова суспільства від одних моральних цінностей та перехід до нових орієнтирів – усе це є чи не найголовнішими чинниками, що сприяють процесу віктимізації неповнолітніх. Останніми роками визнано поширення в освітній практиці такого явища, як шкільний булінг. Це соціальна проблема всього світу протягом останніх ста років, однак вона ще й досі не достатньо

вивчена. Перші публікації щодо цього питання в Україні з'явилися у 2005 р. Згідно з результатами дослідження, проведеного ЮНІСЕФ, нині 67 % підлітків в Україні віком від 11 до 17 років стикалися з проблемою булінгу. 24 % підлітків стали жертвами булінгу, і 48 % із них нікому не розповідали про ці випадки. Це тривожні цифри, особливо сьогодні, коли Україна переживає конфлікт, внаслідок якого майже 1,6 мільйона людей, у тому числі 220 тисяч підлітків, стали внутрішньо переміщеними особами. [3]

Мотивацією до булінгу стають заздрість, помста, відчуття неприязні, прагнення відновити справедливість; боротьба за владу; потреба в підпорядкуванні лідерові, нейтралізації суперника, самоствердження тощо, аж до задоволення садистських потреб окремих осіб. Однак суть явища булінгу вчені вбачають не в самій агресії чи злості кривдника, а в почутті зневаги, презирства, відрази агресора щодо жертви. Соціальна структура булінгу, як правило, містить три елементи, а саме: переслідувач (буллер), жертва та спостерігач. У сучасній науці існує декілька підходів до вивчення булінгу. Одні дослідники зосереджують увагу на пошуку й визначенні особистісних рис, властивих особі булі та її жертві. Інші намагаються розглядати булінг як соціально-психологічний феномен. Незважаючи на те, що явище булінгу відоме досить давно, наукове його осмислення розпочав норвезький психолог Д. Ольвеус наприкінці ХХ ст. Він визначив такі типові риси учнів, схильних ставати буллерами: вони відчувають сильну потребу панувати й підпорядковувати собі інших учнів, переслідуючи власні цілі, вони імпульсивні й легко шаленіють; вони часто зухвалі та агресивні у ставленні до дорослих (передусім батьків і вчителів); вони не виявляють співчуття до своїх жертв; якщо це хлопчики, вони зазвичай фізично сильніші за інших. Типові жертви булінгу також мають свої риси: вони полохливі, вразливі, замкнуті й сором'язливі; вони часто тривожні, невпевнені в собі, нещасні й мають низьку самооцінку; вони схильні до депресії й частіше за своїх ровесників думають про самогубство з дорослими, ніж з однолітками; якщо це хлопчики, вони можуть бути фізично слабшими за своїх ровесників.



Ці риси є водночас і причиною, і наслідком булінгу. Водночас, на думку окремих дослідників, відтворити типовий портрет агресора та жертви неможливо. У закладі загальної середньої освіти в булінгу найчастіше бере участь ціла група учнів. Якщо лідер групи – булер, то інші наслідують його поведінку і беруть участь у цькуванні однокласників. Це дає групі внутрішній імпульс, що, з одного боку, створює ефект причетності, згуртування. Інший результат спільного цькування – послаблення почуття відповідальності за свої дії. «Там був не лише я», – кажуть, щоб виправдати себе і дорослі, і підлітки. Коли усвідомлення особистісної відповідальності слабшає, гальмують і стримуальні механізми. [3,8]

Вимоги сучасних реалій ставлять на перше місце у практиці педагога-психолога питання про необхідність розроблення технології діяльності з попередження булінгу або хоча б утриманню його на соціально толерантному рівні. У гендерному аспекті проявів підліткового булінгу спостерігаються такі тенденції: дівчата більш схильні до висміювання, інтриг проти «жертви», наклеювання ярликів і присвоєння кличок, поширенню пліток і чуток, причому ця особливість із віком тільки посилюється; юнаки схильні до фізичної агресії, фізичної розправи над «жертвою», давання кличок і висміювання, вербальної агресії.

Проведення психокорекційної роботи з «жертвами» булінгу в освітньому середовищі має спрямовуватись на підвищення особистісних ресурсів контролювання важкої ситуації та ґрунтуватися на формуванні життєстійкості, в структурі якої особливу увагу необхідно приділити компонентам залученості й контролю. Основною стратегією методики запобігання булінгу в ЗЗСО є залучення педагогічного колективу школи, учнів та їхніх батьків до вирішення цієї проблеми, підвищення їх обізнаності щодо ситуації булінгу. Такі заходи сприятимуть захисту психічного здоров'я старшокласників, створенню психологічно комфортної атмосфери освітнього середовища, гуманізації навчально-виховного процесу, становленню

психічно врівноваженої, впевненої в собі особистості. [3]

Ситуація із поширенням булінгу призводить до низки педагогічних (дезадаптація учнів у школі, низький рівень успішності у навчанні), психологічних (нервові розлади, закріплення в свідомості негативних уявлень про себе, низька самооцінка, низький рівень соціалізації), медичних (нанесення травм під час бійок) наслідків. Як було зазначено, проблематика булінгу досліджувалась переважно західними науковцями. В Україні поки що не проводяться систематичні загальнонаціональні дослідження цього явища (наявні лише поодинокі роботи), а тому ще недостатньо запропонованих форм і методів профілактики та корекції цього явища. Варто взяти до уваги досвід Канади. Зокрема, у країні на законодавчому рівні визначено поняття «булінгу». Згідно із Законом про освіту провінції Квебек (частина 13, пункт 1.1), «булінг» (третирування) – це пряма або непряма поведінка, коментар, дія чи знак, зокрема, здійснені за допомогою соціальних мереж, з метою завдати особі фізичної або психологічної шкоди, її приниження, залякування, соціального виключення. Канадські школи приділяють особливу увагу роботі зі свідками булінгу: працюють над підвищенням їхньої обізнаності з приводу даного явища та його наслідків, навчають свідків булінгу правильно реагувати на випадки булінгу, розвивають у них впевненість у необхідності захистити жертву. Іншою проблемою є те, що вчителі або персонал школи, зрозуміло, не присутні під час усіх інцидентів булінгу, а також не завжди втручаються, щоб його зупинити. [1]

По-перше, канадські освітяни визнають доречним організовувати перервах працівниками школи або старшокласниками моніторинг тих місць у школі, де найчастіше трапляються випадки булінгу. Ефективним також є проведення спланованого та керованого дозвілля учнів у цей час. По-друге, актуальним є підвищення компетенції вчителів та шкільного персоналу у реагуванні на інциденти булінгу в школі. З цією метою проводяться конференції, заходи з підвищення кваліфікації, майстер-класи. Окрім свідків-однолітків та шкільного персоналу вагому роль у вирішенні проблеми

булінгу покладено на батьків. [1]

Дослідження канадських науковців (А. Чарач, Д. Пеплер, С. Зайглер) встановили той факт, що більшість школярів розповідали про випадки булінгу, які з ними траплялися, - батькам, а не вчителям. Відповідно, пріоритетним завданням у антибулінговій кампанії в Канаді є налагодження спілкування та співпраці школи з батьками для допомоги учням-агресорам та учням-жертвам. Для батьків у канадських школах проводяться інформаційні збори, під час яких вони ознайомлюються із поточною ситуацією щодо проблеми булінгу; вчать, як розпізнати, що їх дитина стала жертвою булінгу; отримують поради, як підтримати дитину, а також як діяти, якщо їхня дитина виступає тим самим агресором (кривдником). Крім того, батьки утворюють Консультативну раду, яка бере участь у розробці загальношкільного плану боротьби з булінгом. [1]

Безперечно, важливе місце у профілактиці та превенції шкільного булінгу відведено роботі з учнями-кривдниками (агресорами) та учнями-жертвами. Оскільки науковцями зазначено, що ініціатори булінгу зазвичай мають обмежений рівень навичок з вирішення конфліктів, розуміння почуттів інших та висловлення співчуття, керування своїми емоціями, їм, у першу чергу, надають допомогу в оволодінні цими навичками. Жертви булінгу через свою вразливість і тривожність намагаються уникати конфліктів та вдаються ніби до самоізоляції. Тому робота з цією категорією учнів передбачає підвищення їхньої самооцінки та впевненості у собі, оволодіння навичками керування негативними емоціями та вмінням правильно відстоювати свою позицію.

Канадські школи поступово почали відходити від принципу нульової толерантності у боротьбі з проблемою булінгу (поширений у 1990-х роках) до більш конструктивного превентивного принципу для подолання булінгу. Підхід нульової толерантності полягав у жорстких санкціях проти учнів, які ініціювали булінг, а саме: відсторонення від навчання або виключення з

навчального закладу. На подив, превентивний підхід демонструє значно більшу ефективність. Він полягає у створенні загальношкільної культури поваги та розуміння; впровадження антибулінгового елементу до навчально-виховного процесу, позакласної й позашкільної діяльності; врахуванні серйозності булінгової поведінки, чинників, які її спричиняють, для того, щоб здійснити адекватні превентивні заходи; проведенні постійного моніторингу та фіксації випадків булінгу; використанні справедливої оцінки ситуацій для врегулювання стосунків між кривдником та жертвою, усуненні шкоди, заподіяної в результаті проявів булінгу. [1]

Необхідною умовою профілактики та превенції булінгу в канадських школах є створення позитивної шкільної культури, яка ґрунтується на повазі та толерантності, а також чітко визначає очікування від учнів та персоналу школи стосовно правил поведінки. З цією метою в канадських провінціях діє політика безпечних та турботливих шкіл. Антибулінговим законодавством визначено процедуру покарань учнів, які ініціюють булінг (покаранню підлягають не лише кривдники, а й свідки булінгу, які не доповіли про випадок), передбачено щорічне проведення «тижня для підвищення обізнаності про булінг та його попередження», створення кодексів поведінки учнів та розробка антибулінгового й антинасильницького плану в навчальному закладі. [1]

Для створення, реалізації та відстежування шкільного антибулінгового плану формується група у складі вчителів, шкільної адміністрації, іншого шкільного персоналу, батьків, учнів, шкільних медпрацівників, поліцейських та зацікавлених членів громади. Також створюється детальний план процедур стосовно реагування на інцидент булінгу в школі, підтримки жертви, роботи зі свідками та агресором, моніторингу та оцінки ефективності плану. Антибулінгова кампанія підлягає постійному перегляду, оновленню та вдосконаленню з боку школи. З метою попередження та профілактики булінгу використовується потенціал навчальних предметів, які вивчаються в середній школі. Назви даних предметів різняться в канадських провінціях та територіях.

Це предмети, які присвячені: 1) здоров'ю, здоровому способу життя та фізичному вихованню і культурі; 2) особистісному розвитку та професійній орієнтації; 3) вивченню поняття сім'ї. Учителі часто використовують метод кейс-стаді в цілях антибулінгової роботи. Наприклад, учитель пропонує учням кейси з випадками булінгу від вчителя або учні приносять на розгляд інциденти булінгу з особистого життя (що має бути конфіденційним) або зі ЗМІ. Завдання полягає в тому, щоб школярі в групах написали найвдалішу, на їхню думку кінцівку наданих сценаріїв. Виконана робота оцінюється вчителем та однокласниками за такими критеріями: вираження емпатії до жертви булінгу у сценарії; запропоновані стратегії для реагування на інцидент; визначені ресурси для допомоги та підтримки постраждалої особи; надання реалістичних стратегій для допомоги створити школу, яка приймає та поважає відмінності. Особливістю антибулінгових програм є те, що вони дають можливість учасникам ділитися власним досвідом, спільно випрацьовувати шкільні стратегії подолання проблеми та реалізовувати проекти. З цією метою значно активізується учнівське самоврядування: школярі беруть участь у розробці та реалізації шкільного плану з попередження та протидії булінгу. Учні створюють комітети з позитивної шкільної культури, об'єднання «Сила однолітків», проводять антибулінгові програми для інших учнів, готують доповіді, презентації на засіданнях Батьківської ради щодо впливу явища булінгу на їхнє особисте життя, про інформацію стосовно булінгу, з якою вони ознайомлюються на уроках. Зокрема, молодь проявляє свою активну позицію через участь в антибулінгових форумах з експертами; конкурсах на кращу розповідь про булінг, шкільних театральних постановках на тему булінгу.

Отже, канадський досвід демонструє, що у протидії булінгу пріоритет надається насамперед превентивним заходам, а не каральним, оскільки такі заходи мають дієвіший та більш тривалий ефект. В Україні запобігання вчиненню насильницьких злочинів стосовно дітей має стати пріоритетним напрямком діяльності служб та органів у справах дітей. [1]

З приводу доцільності застосування саме тренінгових методів та технік у профілактиці та превенції булінгу в Україні існують проведені дослідження Ради молодих вчених КНУ ім. Тараса Шевченка та методичні розробки тренінгових занять, які призначені для роботи з дітьми шкільного віку з метою профілактики та подолання явища булінгу в шкільному середовищі, адже саме у школі найбільша концентрація випадків цькування через несформованість особистостей учнів. [3]

За результатами дослідження молодих науковців було встановлено, що заходи щодо профілактики шкільного булінгу проводяться переважно у форматі виховних годин, які мають форму повідомлень з боку класних керівників (79%) або бесіди з шкільним працівником поліції. Відповідно до вищезазначених висновків, було розроблене та проведене інтерактивне заняття у форматі тренінгу під назвою «Профілактика шкільного булінгу». В основу тренінгу були покладені такі пункти: інтерактивність; включеність в дію; візуалізація; рольова гра. [3]

Метою інтерактивного заняття є формування у підлітків-учнів адекватного ставлення до явища булінгу та його проявів; знайомство із засобами протидії булінгу; здобуття та розвиток індивідуальних навичок подолання булінгу та ефективної комунікації в складних ситуаціях. Проведення тренінгового заняття було побудоване в два етапи: 1) теоретичний, спрямований на засвоєння використовуваних понять та дефініцій (перегляд відео-матеріалів, бесіди, дискусії); 2) практичний, спрямований на відпрацювання та засвоєння отриманих знань та навичок (вправи, кейси). Для перевірки ефективності впливу соціально-педагогічного засобу профілактики шкільного булінгу було проведене анкетування серед цільової аудиторії для зворотного зв'язку. Також є важливим, що під час анонімного опитування, стало відомо, що діти дійсно зацікавилися в тому, до кого звернутися, якщо тебе образили, від учнів був отриманий запит з приводу інформації щодо того куди звертатися за допомогою, якщо став жертвою булінгу. [3]

Інтерактивне тренінгове заняття було проведено на базі Київської загальноосвітньої школи №27 Шевченківського району міста Києва. Цільова аудиторія - 6-А клас, кількість учнів - 19.

Мета теоретичної частини тренінгу – формування у підлітків усвідомленого розуміння поняття «шкільний булінг», аналіз та моніторинг його проявів та можливих методів захисту від булінгу.

Під час «мозкового штурму», учні активно демонстрували свої знання щодо явища булінгу, його різновидів, діти мали можливість самостійно сформулювати розділити прояви булінгу (фізичний та моральний), а потім демонструвати свої версії іншим учасникам групи. Також варто звернути увагу, що під час визначення можливих шляхів захисту себе від булінгу учнями було зазначено лише «звернутися за допомогою до поліції». У кінці проведення теоретичної частини інтерактивного заняття учасникам були роздані пам'ятки «Мені є кому допомогти». Інформацію, яка зазначена на пам'ятках, було проаналізовано разом із учнями.

Мета практичної частини заняття – здобуття і пропрацювання навичок боротьби з булінгом та його профілактики, комунікація між учасниками булінгу в складних ситуаціях. До другої частини заняття долучилася вся цільова аудиторія. Учасники обґрунтували це тим, що інтерактивна форма роботи їм більше до вподоби, адже переважна більшість заходів на тематику булінгу, що проводилися з ними до цього часу, зводилися лише до інформаційних повідомлень. Під час виконання вправи «ТАК/НІ», мета якої полягала у вивченні соціальної структури булінгу, підлітки мали давати відповіді «так» або «ні» відповідно до того, чи згодні вони із запропонованим твердженням, у відповідь на питання «Як вчинити, якщо ви стали свідком булінгу?». Було з'ясовано, що більшість дітей вважає неприпустимим, жорстоким та аморальним фіксацію на відео ситуацію булінгу серед однолітків. [3]

Досить неочікуваними були результати щодо шляху «звернутися за допомогою до дорослих». У дітей досить високий рівень недовіри до батьків

або інших дорослих, лише три учні зазначили відповідь звернутися за допомогою до старших родичів чи вчителів. Така позиція учнів може також свідчити про низький рівень зацікавленості дорослих у житті їхніх дітей та ситуаціях цькування. Самі учні зазначали, що дорослі не вирішують проблему, а лише відкладають його на потім, не зважають всерйоз на дитячі цькування і уся діяльність зводиться, в більшості випадків, лише до усних зауважень у бік кривдників. Після зникнення когось дорослого з горизонту, випадки булінгу продовжують своє існування. Виявлена проблема показує на важливість профілактичної роботи щодо булінгу не лише серед підлітків, а й серед батьків та інших дорослих. Нестача знань з приводу того, як допомогти своїм дітям, якщо вона стала жертвою булінгу може завадити вчасній і ефективній реакції з їхнього боку. [3]

Аналіз результатів анкетування для отримання зворотного зв'язку виявив, що 83% учнів успішно оволоділи знаннями щодо поняття булінгу; найкраще підлітки запам'ятали алгоритм повідомлення про випадок булінгу («Я зрозуміла, що потрібно обирати правильний час, щоб сказати про булінг», «Коли хотів розповісти комусь про булінг, то не знав з чого розпочати, тепер знаю – з себе»); 84% готові апробувати здобуті знання і навички у реальному житті та бажання ділитись цим досвідом із однолітками («Для мене це був корисний урок, про такі лайфхаки від булінгу я б розповів своїм друзям», «Мені було цікаво виконувати вправи»); 68% дуже позитивно віднеслись до ігрової форми проведення заняття; 70% виявили ініціативу відвідувати подібні тренінги у майбутньому («Я б хотіла ще раз відвідати схоже заняття»).

У результаті аналізу всього проведеного дослідження, науковці дійшли висновку з приводу того, як має виглядати структура профілактичного заняття.

Структура заняття щодо профілактики булінгу в шкільному середовищі серед цільової аудиторії учнів-підлітків:

- теоретична частина (35% обсягу всього заняття)
- практична частина (65% обсягу заняття)



Мета: актуалізація та отримання учнями знань щодо поняття булінгу, його проявів та можливих шляхів правильного захисту від кривдників.

Методи роботи з цільовою аудиторією: перегляд відеоматеріалів; обговорення; дискусія; мозковий штурм; робота в малих групах; аналіз матеріалів.

Мета: формування навичок подолання булінгу та комунікація в складних ситуаціях.

Методи роботи: виконання вправ спрямованих на конкретне відпрацювання навичок комунікації; звернення до власного досвіду; обговорення; робота в малих групах; рольові ігри, зворотній зв'язок, рефлексія, поступове вибудовування взаємної довіри та згуртованості між однолітками; напрацювання нових кейсів поведінки та способів комунікації. [3]

### **1.3. Розкриття правових засад профілактики булінгу**

Першим пріоритетним завданням демократичної держави у сфері кримінально-правової охорони прав і свобод людини та громадянина є, перш за все, захист життя та здоров'я кожного громадянина. Конституція України проголошує найвищими соціальними цінностями життя і здоров'я людини, її честь і гідність, недоторканність і безпеку (ст. 3), наголошуючи, що «ніхто не може бути підданий катуванню, жорстокому, нелюдському або такому, що принижує його гідність, поводженню чи покаранню» (ст. 28). Міжнародно-правові акти проголошують заборону катувань, на підставі яких кожна держава, зокрема Україна, розглядає акти катування як злочини. До таких основних міжнародно-правових актів належать: Загальна декларація прав людини (ст. 5), Міжнародний пакт про громадянські і політичні права (ст. 7), Конвенція про захист прав людини і основоположних свобод (ст. 3) тощо. [12]

Наразі, за даними Міжнародної Амністії, катування та жорстоке

поводження зафіксоване у понад 150 державах світу, при цьому у 80 державах це призводило до летальних випадків. В Україні, як і в усьому світі, поширюється явище булінгу та його різновиду – кібербулінгу. За даними Центру інформації про права людини станом на липень 2017 року 67% дітей в Україні у віці від 11-17 років стикалися з проблемою булінгу протягом останніх трьох місяців; 24% дітей цькували, а 48% навіть нікому не розповідали про ці випадки. Зокрема, наприкінці листопада 2017 року в Українському інституті дослідження екстремізму встановили, що із проявами булінгу в Україні стикаються 8 із 10 дітей. Досить часто в реальному житті булінг знаходить свій вияв у вкрай жорсткій формі, з виявом імпульсивності та агресії, наприклад, у масових бійках, катуваннях, які до того ж знімаються на відео і навіть знаходяться у вільному доступі в соціальних мережах. Головними героями таких відеороликів є діти-булери у вікових межах 11-18 років. [16]

За статистикою Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) Україна посідає четверту сходинку серед країн Європи за рівнем проявів агресії підлітків. Перше місце займає Росія, на другому – Албанія, на третьому – Білорусь. [1]

Молодь, яка має бути нашим світлим майбутнім, насправді стає небезпечною для суспільства. Прояви насильства серед неповнолітніх за ступенем суспільної небезпеки та тяжкістю наслідків перевершують інші кримінальні прояви в підлітковому середовищі. Вони завдають величезної, часом непоправної шкоди суспільству. Неповнолітні, які вчиняють такі злочини, поширюють стереотип агресивно-насильницької поведінки серед оточуючих. Саме ці кримінальні діяння найбільш засуджуються з точки зору людської етики та моралі.

Питання булінгу в Україні регулюють такі нормативно-правові акти: [11]

- Конвенція ООН. Про права дитини  
Закон України "Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню) від 18 грудня 2018 року № 2657- VIII"
- Законом № 2657 вносяться зміни до таких законодавчих актів України: Закон України "Про дошкільну освіту" від 11 липня 2001 року № 2628 - III; Закон України "Про професійну (професійно - технічну) освіту" від 10 лютого 1998 року № 651 - XIV; Закон України "Про позашкільну освіту" від 22 червня 2000 року № 1841 - III; Закон України "Про вищу освіту" від 1 липня 2014 року № 1556 - VII; Закон України "Про освіту" від 5 вересня 2017 року № 2145 – VIII
- Наказ Міністерства освіти і науки України від 28.12.2019 № 1646 "Деякі питання реагування на випадки булінгу (цькування) та застосування заходів виховного впливу в закладах освіти"
- Про заходи спрямовані на запобігання та протидію булінгу (цькуванню) в закладах освіти
- Інформаційні матеріали щодо створення безпечного середовища, формування в дітей та учнівської молоді ціннісних життєвих навичок у 2019/2020 навчальному році
- Рекомендації для закладів освіти щодо застосування норм Закону України "Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню) від 18.12.2018 № 2657 - VIII (лист МОН від 29.01.2019 № 1/19-881)
- Закон України «Про охорону дитинства»
- Закон України «Про захист суспільної моралі»
- Закон України «Про запобігання та протидію домашньому насильству»
- Указ Президента України від 21 вересня 2020 року №398/2020 «Про невідкладні заходи із запобігання та протидії домашньому насильству, насильству за ознакою статі, захисту прав осіб, які постраждали від такого насильства»

- Постанова Кабінету Міністрів України від 22 серпня 2018 р. «Про затвердження Порядку взаємодії суб'єктів, що здійснюють заходи у сфері запобігання та протидії домашньому насильству і насильству за ознакою статі»
- Конвенція Ради Європи про попередження насильства щодо жінок та домашнього насильства та боротьбу з цими явищами, Резолюція Ради Безпеки ООН 1325 «Жінки, мир, безпека»
- Наказ МОН від 22.05.2018 № 509 “Про затвердження Положення про психологічну службу у системі освіти України”
- «Нова українська школа»: концептуальні засади реформування середньої школи [11]

Статті 2-5 Конвенції ООН «Про права дитини» проголошують те, що держава повинна поважати і забезпечувати всі права, передбачені Конвенцією, закріплені за кожною дитиною, без будь-якої дискримінації незалежно від раси, кольору шкіри, статі, мови, релігії, політичних або інших переконань, національного, етнічного або соціального походження, майнового стану, стану здоров'я і народження дитини, її батьків чи законних опікунів або яких-небудь інших обставин. Також держава має вживати всіх необхідних заходів для забезпечення захисту дитини від усіх форм дискримінації або покарання на підставі статусу, діяльності, висловлюваних поглядів чи переконань дитини, батьків дитини, законних опікунів чи інших членів сім'ї. [7]

В усіх діях щодо дітей, незалежно від того, здійснюються вони державними чи приватними установами, що займаються питаннями соціального забезпечення, судами, адміністративними чи законодавчими органами, першочергова увага приділяється якнайкращому забезпеченню інтересів дитини. [7]

Держава зобов'язана забезпечити дитині такий захист і піклування, які необхідні для її благополуччя, беручи до уваги права й обов'язки її батьків, опікунів чи інших осіб, які відповідають за неї за законом, і з цією метою має

вживати всіх відповідних законодавчих і адміністративних заходів. [7]

Держава повинна пильнувати, щоб установи, служби і органи, відповідальні за піклування про дітей або їх захист, відповідали нормам, встановленим компетентними органами, зокрема, в галузі безпеки й охорони здоров'я та з точки зору численності і придатності їх персоналу, а також компетентного нагляду. [7]

Держава має виконувати контроль за здійсненням всіх необхідних законодавчих, адміністративних та інших заходів для здійснення прав дітей. Має бути повага і відповідальність за права і обов'язки батьків і у відповідних випадках членів розширеної сім'ї чи общини, як це передбачено місцевим звичаєм, опікунів чи інших осіб, що за законом відповідають за дитину, належним чином держава повинна управляти і керувати дитиною щодо здійснення визнаних цією Конвенцією прав і робити це згідно зі здібностями дитини, що розвиваються. [7]

Закон України «Про освіту» розглядає термін «булінг» як діяння (дії або бездіяльність) учасників освітнього процесу, які полягають у психологічному, фізичному, економічному, сексуальному насильстві, зокрема із застосуванням засобів віртуального спілкування, що вчиняються стосовно малолітньої чи неповнолітньої особи та (або) такою особою стосовно інших учасників освітнього процесу, внаслідок чого могла бути чи була заподіяна шкода психічному або фізичному здоров'ю потерпілого. [6]

Типовими ознаками булінгу (цькування) є: систематичність (повторюваність) діяння; наявність сторін - кривдник (булер), потерпілий (жертва булінгу), спостерігачі (за наявності); дії або бездіяльність кривдника, наслідком яких є заподіяння психічної та/або фізичної шкоди, приниження, страх, тривога, підпорядкування потерпілого інтересам кривдника, та/або спричинення соціальної ізоляції потерпілого; [6]

Статті 25 та 26 із внесенням змін даного закону наголошують на тому, що засновник освітнього закладу повинен контролювати недопущення

привілеїв чи обмежень (дискримінації) за ознаками раси, кольору шкіри, політичних, релігійних та інших переконань, статі, віку, інвалідності, етнічного та соціального походження, сімейного та майнового стану, місця проживання, за мовними або іншими ознаками; проводити контроль за виконанням плану заходів, спрямованих на запобігання та протидію булінгу (цькуванню) в закладі освіти; розглядати скарги про відмову у реагуванні на випадки булінгу (цькування) за заявами здобувачів освіти, їхніх батьків, законних представників, інших осіб та приймати рішення за результатами розгляду таких скарг; впливати на створення безпечного освітнього середовища в закладі освіти та здійснювати заходи з надання соціальних та психолого-педагогічних послуг здобувачам освіти, які вчинили булінг (цькування), стали його свідками або жертвами (постраждалими) від булінгу. [6]

Відповідно до ст. 30 заклад освіти повинен: мати план заходів, спрямованих на запобігання та протидію булінгу (цькуванню) в закладі освіти; дотримуватись конфіденційності при порядку подання та розгляду заяв про випадки булінгу (цькування); вчасно реагувати на доведені випадки булінгу (цькування) в закладі освіти та слідкувати за виконанням відповідальності осіб, причетних до булінгу (цькування); [6]

Згідно зі статтями 53-55 Закону України «Про освіту» із внесенням змін під час освітнього процесу працівники закладу освіти мають чинити захист від приниження честі та гідності, будь-яких форм насильства та експлуатації, булінгу (цькування), дискримінації за будь-якою ознакою, пропаганди та агітації, що завдають шкоди здоров'ю здобувача освіти; [6]

Учень, що став жертвою булінгу має право на отримання соціальних та психолого-педагогічних послуг як особа, яка постраждала від булінгу (цькування), стала його свідком або вчинила булінг (цькування); [6]

Під час освітнього процесу педагоги мають захищати учнів від будь-яких форм насильства та експлуатації, у тому числі булінгу (цькування), дискримінації за будь-якою ознакою, від пропаганди та агітації, що завдають

шкоди здоров'ю. Педагогічні, науково-педагогічні та наукові працівники зобов'язані сприяти розвитку здібностей здобувачів освіти, формуванню навичок здорового способу життя, дбати про їхнє фізичне і психічне здоров'я; [6]

У разі помічених проявів явища булінгу вчитель обов'язково повинен повідомити керівництво закладу освіти про факти булінгу (цькування) стосовно здобувачів освіти, педагогічних, науково-педагогічних, наукових працівників, інших осіб, які залучаються до освітнього процесу, свідком якого вони були особисто або інформацію про які отримали від інших осіб, вживати невідкладних заходів для припинення булінгу (цькування). [6]

Батьки здобувачів освіти у свою чергу мають право захищати відповідно до законодавства права та законні інтереси своїх дітей; отримувати інформацію про діяльність закладу освіти, зокрема щодо надання соціальних та психолого-педагогічних послуг дітям, які постраждали від булінгу (цькування), стали його свідками або вчинили булінг (цькування), про результати навчання своїх дітей (дітей, законними представниками яких вони є) і результати оцінювання якості освіти у закладі освіти та його освітньої діяльності; [6]

У Наказі Міністерства освіти і науки України від 28.12.2019 № 1646 "Деякі питання реагування на випадки булінгу (цькування) та застосування заходів виховного впливу в закладах освіти" роз'яснено механізм реагування на прояви булінгу (цькування) в закладах освіти всіх типів і форм власності, крім тих, які здійснюють здобуття освіти дорослих, зокрема післядипломної освіти. [4]

Процес профілактики, превенції та протидії булінгу (цькуванню) в закладі освіти має бути постійним системним заходом, спрямованим на:

- планування та реалізацію необхідних заходів, способів і методів профілактики виникненню булінгу (цькування) та (або) потенційних ризиків його проявів;

- з'ясування ситуації в закладі освіти щодо булінгу (цькування) та (або) потенційних ризиків його виникнення;
- визначення та реалізацію необхідних заходів, способів і методів вирішення проявів булінгу (цькування) та/або подолання можливих ризиків його виникнення.

Механізм запобігання та протидії булінгу (цькуванню) в закладі освіти дотримується таких принципів:

- відсутності дискримінації за будь-якими ознаками (стать, колір шкіри, волосся, раса, національність тощо);
- відсутності насильницької поведінки в міжособистісних відносинах учнів;
- взаємодопомоги та взаємопідтримки між педагогічним (науково-педагогічним) колективом закладу освіти і батьками (законними представниками) малолітнього чи неповнолітнього здобувача освіти;
- особистісно-орієнтованого підходу відповідно до індивідуальності кожної дитини;
- розвитку соціального та емоційного інтелекту здобувачів та працівників освіти;
- гендерної рівності;
- участі здобувачів освіти в прийнятті рішень відповідно до положень законодавства та установчих документів закладу освіти. [4]

Завданнями діяльності та заходів профілактики і протидії булінгу (цькуванню) в закладі освіти є: [4]

- забезпечення безпеки в освітньому середовищі в закладі освіти, що полягає у психологічній та фізичній безпеці учнів;
- моніторинг поточної ситуації, причин і передумов поширення випадків булінгу (цькування) в закладі освіти;



- інформування учасників освітнього процесу з приводу проявів булінгу(цькування);
- формування в учнів нетерпимого і правильного ставлення до будь-якого виду насилля в поведінці, усвідомлення явища булінгу (цькування) як порушення прав людини;
- заохочення всіх учасників освітнього процесу до активної участі у процесі протидії булінгу (цькуванню).

Діяльність щодо запобігання та протидії булінгу (цькуванню) в закладі освіти являє собою план заходів, спрямованих на профілактику та протидію булінгу (цькуванню) в закладі освіти. Розробка, затвердження та оприлюднення Плану здійснює керівник закладу освіти в межах наданих йому повноважень щодо створення безпечного освітнього середовища в закладі освіти, вільного від будь-яких форм насильства та дискримінації, зокрема булінгу (цькування). [4]

Планування заходів з превенції явища булінгу здійснюється за результатами перевірки стану середовища в закладі освіти. [4]

Заплановані заходи повинні:

- сприяти задоволенню потреб певного закладу освіти у створенні безпечного освітнього середовища;
- мати кількісні та якісні показники результатів ефективності;
- залучати всіх учасників освітнього процесу.

Розробка плану відбувається до початку навчального року. Протягом навчального року керівник закладу освіти забезпечує проведення моніторингу ефективності виконання Плану та внесення (за потреби) до нього змін. Заплановані заходи можуть відбуватись у таких формах роботи: зустрічі, бесіди, консультації, лекції, круглі столи, тренінги, тематичні заходи, конкурси, спільні перегляди та обговорення тематичних відеороликів та сюжетів, літературних творів, матеріалів ЗМІ, особистого досвіду, досвіду гостей, у формі рольових ігор та інших організаційних формах. [4]

Про відповідальність, яка передбачена для агресорів (кривдників) зазначено у ст. 173 Кодексу України про адміністративні правопорушення. [6]

Булінг (цькування), тобто діяння учасників освітнього процесу, які полягають у психологічному, фізичному, економічному, сексуальному насильстві, зокрема із застосуванням засобів масових комунікацій, що вчиняються стосовно малолітньої чи неповнолітньої особи або такою особою стосовно інших учасників освітнього процесу, внаслідок чого могла бути чи була заподіяна шкода психічному або фізичному здоров'ю потерпілого, -тягне за собою накладення штрафу від п'ятдесяти до ста неоподатковуваних мінімумів доходів громадян або громадські роботи на строк від двадцяти до сорока годин. [6]

Діяння, про яке зазначено у частині першій цієї статті, вчинене групою осіб або повторно протягом року після накладення адміністративного стягнення, -тягне за собою накладення штрафу від ста до двохсот неоподатковуваних мінімумів доходів громадян або громадські роботи на строк від сорока до шістдесяти годин. [6]

Діяння, передбачене частиною першою цієї статті, вчинене малолітніми або неповнолітніми особами віком від чотирнадцяти до шістнадцяти років, -тягне за собою накладення штрафу на батьків або осіб, які їх замінюють, від п'ятдесяти до ста неоподатковуваних мінімумів доходів громадян або громадські роботи на строк від двадцяти до сорока годин.

Діяння, передбачене частиною другою цієї статті, вчинене малолітньою або неповнолітньою особою віком від чотирнадцяти до шістнадцяти років, -тягне за собою накладення штрафу на батьків або відповідальних осіб, від ста до двохсот неоподатковуваних мінімумів доходів громадян або громадські роботи на строк від сорока до шістдесяти годин. [6]

Замовчування та відсутність реакції керівника закладу освіти, а саме неповідомлення уповноваженим підрозділам органів Національної поліції України про випадки булінгу (цькування) учасника освітнього процесу -тягне за собою накладення штрафу від п'ятдесяти до ста неоподатковуваних

мінімумів доходів громадян або виправні роботи на строк до одного місяця з відрахуванням до двадцяти процентів заробітку; [6]

Отже, у переглянутих нормативно-правових актах вітається мультидисциплінарний підхід у ситуаціях булінгу, який включає участь наступних суб'єктів: поліцію, соціальних працівників, медичних працівників, уповноважених осіб центрального органу виконавчої влади, працівників освіти, батьків та інших дорослих родичів учнів. Передбачено також зобов'язання закладів освіти забезпечувати на своїх веб-сайтах відкритий доступ до правил поведінки здобувача освіти в закладі освіти, плану заходів, спрямованих на запобігання та протидію булінгу, порядку подання та розгляду заяв (з дотриманням конфіденційності) про випадки булінгу від здобувачів освіти, їх батьків. Згідно з Рекомендаціями Міністерства освіти і науки України щодо застосування норм правових актів зазначається, що робота з протидії булінгу має носити комплексний характер, який містить управлінську і просвітницьку складові, а одним із важливих напрямів є підвищення кваліфікації соціального педагога і психолога, спрямованої на розвиток навичок виявлення, протидії та превенції булінгу у шкільному середовищі.

#### **1.4. Етичні засади профілактичної роботи з учнями-підлітками**

Так, як цільова аудиторія нашої профілактичної роботи – учні 7-го класу, а це діти 12-13 років, що якраз припадає на початок підліткового віку, коли діти прагнуть відчувати себе дорослими особистостями, проявляти самостійність, характер, спілкуватися з однолітками та бути в центрі уваги та «в авторитеті» серед них, то потрібно брати до уваги особливості роботи з даною цільовою аудиторією.

Саме через те, що у підлітковому віці виникає бажання «виділитися» серед усіх, мати свою думку і нікому не підчинятися, часто між підлітками та

їх батьками виникають суперечки, а з однолітками – сварки, образи та, зокрема, - цькування. А якщо вдома на дитину не звертають уваги, неправильно виховують, в чомусь надмірно обмежують, особливо в самовираженні або взагалі дитина зростає у неблагополучній родині, вона хоче компенсувати це в середовищі однолітків, яким у даному віці є школа. Саме такі діти частіше стають ініціаторами булінгу, а діти-жертви потерпають від знущань кривдиків без обґрунтованих на це причин.

Робота з підлітками має свої морально-етичні особливості, які обов'язково мають бути враховані. У липні 2018 р. було ухвалено «Глобальну декларацію етичних принципів соціальної роботи», яка слугує загальною основою для соціальних працівників з метою досягнення найвищих стандартів професійної доброчесності. [10]

До етичних принципів соціальної роботи належать:

- Визнання гідності людини
- Сприяння правам людини
- Сприяння соціальній справедливості
- Сприяння праву на самовизначення
- Сприяння праву на участь
- Повага конфіденційності та приватності
- Ставлення до людей як до цілісних індивідів
- Етичне використання технологій та соціальних медіа
- Професійна доброчесність [10]

У роботі з учнями-підлітками потрібно дотримуватись особливо трьох з вище зазначених принципів: сприяння правам людини, сприяння соціальній справедливості та ставлення до людей як до цілісних індивідів. [10]

Сприяння правам людини полягає у підтриманні фундаментальних та невід'ємних прав всіх людей, у повазі до природженої цінності та гідності всіх людей, до індивідуальних і соціальних / громадянських прав, тобто кожна дитина має право на вираження своєї думки, але ніхто не має права кривдити

один одного, адже це порушення права на особисту недоторканність, на безпеку людини, що і відбувається під час знущань (булінгу). [10]

Сприяння соціальній справедливості полягає у протистоянні дискримінації та гнобленню, які, зокрема, зумовлені, віком, правоздатністю, громадянським статусом, класом, культурою, етнічною приналежністю, гендером, гендерною ідентичністю, мовою, національністю/громадянством (чи відсутністю громадянства), думками, іншими фізичними характеристиками, фізичними або розумовими здібностями, політичними переконаннями, фінансовим станом, расою, статусом відносин, релігією, статтю, сексуальною орієнтацією, соціально-економічним станом, духовними настановами, структурою сім'ї тощо. Тобто підліткам треба доносити інформацію про те, що ніхто не повинен ображати іншого за переліченими ознаками, займатися дискримінацією в колективі і таке інше. [10]

Ставлення до людей як до цілісних індивідів – ця етична засада полягає в тому, що соціальний працівник має ставитися до цільової аудиторії, з якою він працює, (в нашому випадку – учні-підлітки) як до повноцінних членів суспільства, які мають свої думки, почуття, переконання, бажання, мають право їх висловлювати, незалежно від віку а інших ознак. [10]

### **Висновки до розділу 1**

У першому (теоретичному) розділі кваліфікаційної роботи розкрито теоретичні поняття щодо булінгу як соціальної проблеми, що таке булінг, які є причини його виникнення, з'ясовано, що точних причин не існує, але найчастіше вони пов'язані з психологічними травмами у агресорів (ініціаторів булінгу). Розглянуто ознаки явища булінгу, ознаки поведінки жертви, кривдника та спостерігачів. Також розкрито поняття тренінгу як методу вирішення або профілактики проблеми шкільного булінгу.

Рівень розробленості наукової думки щодо булінгу як соціальної проблеми показав, що статистика ЮНІСЕФ підтверджує існування даного явища, Україна посідає четверту сходинку серед країн Європи за рівнем

проявів агресії підлітків. Ступінь дослідження соціальної проблеми булінгу в нашій державі знаходиться на належному рівні, адже існує достатньо публікацій наукових досліджень з методів превенції булінгу. Розглянуто досвід канадських шкіл у роботі з учнями з метою уникнення проявів агресії, а також у роботі з самими агресорами, серед методів якої тренінгові техніки посідають далеко не останнє місце, адже вони направлені на ефективну взаємодію учасників між собою, на розвиток комунікаційних навичок, на відпрацювання та програвання життєвих ситуацій та на формування адекватного ставлення до існування явища булінгу в шкільному середовищі.

Також у розділі 1 розкрито правові засади з питань булінгу, зазначено нормативно-правові документи, що регулюють питання булінгу в Україні та проаналізовано їх зміст, зокрема, яке покарання передбачене за вчинення булінгу кривдникам.

Серед етичних принципів роботи з цільовою аудиторією учнів підлітків виділено принципи: сприяння правам людини, сприяння соціальній справедливості та ставлення до людей як до цілісних індивідів, адже саме вони найкраще ілюструють моменти, які мають бути обов'язково враховані у роботі з учнями підліткового віку.

## **РОЗДІЛ 2. ОБГРУНТУВАННЯ ТРЕНІНГОВОЇ ТЕХНІКИ В ПРЕВЕНЦІЇ ШКІЛЬНОГО БУЛІНГУ**

### **2.1. Опис експериментальної практичної методики тренінгу як засобу превенції шкільного булінгу**

Як показує досвід проаналізованих нами наукових досліджень з питань подолання та профілактики булінгу серед дітей шкільного віку, тренінгові техніки посідають далеко не останню сходинку серед методів боротьби з даним явищем. Тож у рамках бакалаврської роботи було вирішено працювати саме з тренінговими техніками у превенції булінгу в шкільному середовищі серед учнів 7-го класу, тобто дітей на початку підліткового віку.

Нами було розроблено тренінг «Профілактика булінгу в шкільному середовищі», складові сценарію якого обговорювалися із соціальним педагогом та класним керівником учнів 7-го класу КУ ЗОШ №25. Вправи для тренінгу підбиралися таким чином, щоб вони наочно ілюстрували явище булінгу для дітей, щоб учні могли проговорити свої відчуття та думки з приводу інформації, яка для них висвітлюється.

#### **Етап №1: підготовка до тренінгу**

На даному етапі ми ознайомилися з існуючими в Україні програмами тренінгів для профілактики булінгу в шкільному середовищі, одними з яких є просвітницько-профілактична програма тренінгових занять «Не смійся з мене» Лори Паркер Рорден та Протидія булінгу в закладі освіти: системний підхід ГО «Ла Страда-Україна» за підтримки представництва дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ) в Україні. Було проаналізовано мету тренінгових занять, запропонованих у даних програмах і зроблено висновок про те, що акценти робляться на розкритті та розвитку морально-етичних цінностей дитини, розвитку вміння вибудовувати доброзичливі відносини, виховувати терпимість, толерантність, повагу до думок, почуттів, переконань,

зовнішнього та внутрішнього світу інших. Ми не обов'язково повинні бути друзями кожен один для одного, але не точно не маємо знущатися і ображати тих, хто не є нашими друзями або хто нам не подобається. [9]

Також перед складанням сценарію власного тренінгу ми ознайомилися та проаналізували нормативно-правову базу з питань булінгу і його превенції та враховували етичні принципи роботи з нашою цільовою аудиторією – учнями-підлітками. Обов'язково потрібно поважати думку дитини, а підлітка особливо, адже саме в цьому віці стрімко формується особистість, власні погляди та переконання. Тож під час тренінгу була присутня взаємодія на рівних з учнями, а не повчальна лекція.

Звичайно, перш ніж приступити до формування сценарію власного тренінгу, було поновлено та закріплено знання про правила проведення тренінгів, правила роботи під час заходів такого виду, його структури, адже під час тренінгу має бути дотримана певна структура, яка викладає теоретичний зміст і мету поступово, якнайкраще для сприйняття учасниками цілей тренінгового заняття та його користі. Щодо практичної складової нашого заняття, нами було переглянуто велику кількість вправ, які пропонуються для роботи з превенції булінгу в шкільному середовищі, також ми ознайомилися з вже існуючими сценаріями тренінгових занять з нашої тематики, що допомогло нам більш свідомо і зрозуміло підійти до складання власного сценарію тренінгового заняття для учнів. [15]

**Труднощі, які виникали на етапі підготовки до складання тренінгового заняття:**

- Великий обсяг інформації, яку потрібно було охопити
- Процес узгодження сценарію заняття із соціальним педагогом та класним керівником учнів 7-го класу КУ ЗОШ №25
- У деякій мірі схожість та одноманітність тренінгових вправ, які запропоновані у відкритому доступі для перегляду



- Пристосування формату тренінгу до зміни режимів роботи закладів освіти (онлайн, оффлайн)

## **Етап №2: складання сценарію власного тренінгового заняття**

На даному етапі відбувалося формування структури заняття з урахуванням дозволеного відведеного часу 45 хв. Тренінгові вправи підбиралися таким чином, щоб учні могли закріпити та відтворити інформацію, яка їм теоретично надавалася на початку заняття.

Передусім, нами було підібрано відеоролик, який правдиво відтворює ситуацію шкільного булінгу, для того, щоб, перш ніж, починати інформаційне повідомлення, дати учням самим зрозуміти, про що буде йти мова і щоб вони мали змогу висловити свої передбачення з метою, зокрема, перевірки знань школярів про дане явище. Також ми підібрали картинки, на яких проілюстровано явище булінгу, і в якому присутні 3 ролі (кривдник-буллер, жертва-постраждалий та спостерігачі). Ще однією практичною вправою, яку ми ввели до сценарію тренінгового заняття, є програвання ситуацій з метою того, щоб учасники мали можливість побути в різних ролях і висловити свої почуття з цього приводу.

Згідно з правилами проведення тренінгів, мала бути присутня вправа-руханка, яку ми також включили до сценарію заняття, адже щоб мозок легко та ефективно сприймав інформацію і відтворював її, потрібен відпочинок, а як відомо, кращий відпочинок для мозку – певна фізична активність. [2]

Останньою практичною вправою для учнів є вправа «Скринька порад», під час якої школярі мали скласти перелік порад для тих, хто потрапив у ситуацію булінгу або ж виявився спостерігачем. Поради учні мали складати виходячи з наданої ведучим теоретичної інформації про явище булінгу з метою закріплення знань. [15]

У підсумку ми з учнями мали зробити висновки про те, що нового вони дізналися на занятті, чи збулися їх очікування від тренінгу. Ведучий подякував школярам за активну участь, висловив свої побажання для учнів.

**Структура тренінгу:** див. ДОДАТОК А.

**Труднощі, які виникали на етапі складання сценарію власного тренінгового заняття:**

- Підбір вправ з урахуванням віку учнів 7-го класу
- Коригування сценарію відповідно до дотримання дозволеного відведеного часу на проведення заняття (45 хв)
- Коригування складових заняття з онлайн-формату на оффлайн-формат
- Очікування дозволу від керівництва школи на проведення тренінгу та відведення часу для тренінгу з урахуванням навчального плану

### **Етап №3: проведення тренінгового заняття**

Заняття проводилось на базі КУ ЗОШ №25 серед учнів 7-го класу у присутності шкільного психолога та соціального педагога протягом 45 хвилин.

На початку заняття учням було запропоновано до перегляду короткий відеоролик, у якому було показано ситуацію булінгу у школі на уроці фізичної культури, де у однієї дівчини не виходило грати у волейбол, а з боку однокласників були насмішки та агресивні погляди з натяком, щоб вона більше не грала з ними. Далі відбувалося коротке обговорення з учасниками теми та мети заняття.

Під час вправи-знайомства учням було запропоновано назвати своє ім'я і ту будь-яку річ, яка приносить йому (їй) задоволення, радість, позитивні емоції (їжа, одяг, хобі, предмет, діяльність тощо), адже так учасники легше і охоче йдуть на контакт і налаштовуються на позитивну атмосферу в колективі.

Далі з учасниками було обговорено правила роботи під час тренінгу:

1. Говорити від свого імені.
2. Бути доброзичливими і активними.
3. "Піднята рука".
4. Один говорить - усі слухають.
5. «Вільна нога».

6. Обговорювати дію, а не особу.

7. Вільне висловлення своєї думки і повага до думок інших. [15]

З метою формування власних цілей діяльності, мотивації та усвідомлення власної відповідальності за досягнення певних результатів кожен учасник мав написати і проговорити по черзі свої очікування від даного тренінгового заняття.

Перед тим, як пропонувати учням тренінгові вправи, ми для них підготували інформаційне повідомлення, в якому до уваги учнів було представлено презентацію, на якій висвітлено визначення поняття булінгу, як розпізнати «жертву булінгу», соціальні ролі у булінгу, стилі їх поведінки, причини, наслідки булінгу та правові засади щодо покарань для кривдників. Учасники уважно слухали інформацію, яка до них доносилася та деякі учні активно висловлювали свої думки, що свідчить про обізнаність школярів щодо явища булінгу. Також учням було надано поради та рекомендації з приводу того, що робити, якщо ти став жертвою булінгу. Після того, як учасники прослухали інформаційне повідомлення, ми виконували вправу «Ролі у булінгу». Мета даної вправи - навчити учасників тренінгу розпізнавати соціальні ролі булінгу. Учні мали пояснити, де на картинках, які будуть показані, - жертва, де - кривдник, а де – спостерігачі і чому. Далі під час вправи «Програвання ситуацій» Учні мали розділитися на групи і придумати ситуації, в яких буде присутній булінг, де мали бути обов'язково жертви і кривдники (спостерігачі – не обов'язково). Потім жертви та кривдники мали помінятися ролями. Кожен учасник розповідав про свої відчуття під час виконання різних ролей у булінгу. Мета вправи – навчити учнів розуміти, що відчувають жертви булінгу, коли їх ображають для того, щоб вони не ображали інших та не ставали ніколи кривдниками. Учасники з розумінням та відповідальністю поставилися до виконання вправи та активно висловлювали свої почуття і думки.

Для того, щоб школярі відпочили від активної розумової праці з ними було проведено вправу-розминку «Три рухи». Метою руханки є відпочинок для мозку для кращого засвоєння інформації та розумової діяльності. Ведучий демонстрував три різних рухи та нумерував їх відповідними номерами : 1, 2 та 3. За довільною чергою ведучий говорив номер,

а учасники повторювали відповідний рух.

Останньою практичною вправою була «Скринька порад для тих, хто опинився у ролі постраждалого від булінгу». Мета - вироблення навичок безпечної поведінки у конкретній ситуації, пошук шляхів захисту у ситуації булінгу. На розгляд учасникам було запропоновано 3 ситуації, в яких присутнє цькування. Учні визначали правильний та безпечний шлях як жертва має себе захистити, як має поводитись, давали поради дітям із ситуацій, прописали їх та складали у скриньку.

Наприкінці заняття з учнями було підведено підсумки, чи справдилися їхні очікування від тренінгу, що нового та цікавого вони дізналися. Учасники активно відповідали, що тренінг був цікавий та корисний. Ведучий висловив подяку та побажання бути добрішими, нікого не ображати, а навпаки захищати слабших, створювати атмосферу поваги та підтримки у своєму оточенні.

**Труднощі, які виникали під час проведення тренінгового заняття:**

- згуртування учнів
- часто учні говорили гучно та гуртом
- труднощі тримати тишу і спокій
- виконання всього запланованого за сценарієм при дотриманні дедлайну 45 хвилин

## **2.2. Опис бази практики**

Практична частина роботи проводилася на базі КУ ЗОШ №25 серед учнів 7-го класу. Школа знаходиться в місті Суми за адресою вул. Декабристів, 80. Була обрана саме дана школа, адже вона була базою другої виробничої та переддипломної практик, а також ми вже працювали з обраною цільовою аудиторією у рамках попередніх курсових робіт.

Співпрацю з соціальним педагогом школи було налагоджено, адже ми

працювали з ним під час першої з практик. У даному навчальному закладі ми ознайомилися з діяльністю та суттю роботи соціального педагога у школі, які є обов'язки та які функції виконує людина на цій посаді, що входить в щоденний план роботи тощо. Ми дізналися, що соціальний педагог здійснює моніторинг кількості учнів у школі, які потребують соціальних послуг, займається збором документів, потрібних для оформлення пільг, співпрацею з Департаментом соціального захисту населення та іншими позашкільними громадськими організаціями, соціальний педагог здійснює комплекс заходів з виховання, навчання, розвитку і соціального захисту особистості учня у закладах освіти та за місцем проживання за допомогою таких видів діяльності: соціальні дослідження; корекційно-розвивальна робота; профілактична робота; консультативно-просвітницька робота; організаційно-методична робота; зв'язки з громадськістю.

#### Шкільний

соціальний педагог займається вивченням психолого-медико-педагогічних особливостей учнів, їхнього мікросередовища, умов проживання. Виявляє інтереси, потреби, труднощі і проблеми, конфліктні ситуації, відхилення у поведінці дітей, своєчасно надає їм соціальну допомогу та підтримку; є посередником між дитиною та школою, родиною, середовищем, спеціалістами різноманітних соціальних служб, відомств та адміністративних органів; формулює завдання, форми, методи соціально-педагогічної роботи, способи вирішення особистих та соціальних проблем, проводить заходи щодо соціального захисту та соціальної допомоги, реалізації прав та свобод особистості дитини; займається організацією різноманітних видів соціально значущої діяльності дітей та дорослих, заходи, спрямовані на розвиток соціальних ініціатив, реалізацію соціальних проектів та програм, бере участь у їх розробці та затвердженні; сприяє встановленню гуманних, морально здорових взаємин у соціальному середовищі, створенню атмосфери психологічного комфорту й безпеки дитини; забезпечує охорону життя і здоров'я учнів; здійснює роботу з працевлаштування, патронажу, забезпечення житлом, матеріальною допомогою, пенсіями, оформлення ощадних внесків,

використання цінних паперів дітей-сиріт і дітей, які залишилися без опіки та батьківського піклування; взаємодіє з учителями, вихователями, батьками (особами, що їх замінюють), спеціалістами соціальних служб, сімейних та молодіжних служб зайнятості, з благодійними та іншими організаціями під час надання допомоги дітям, які потребують опіки та піклування, з обмеженими фізичними можливостями, девіантною поведінкою, а також постраждалим від екстремальних ситуацій.

Зокрема, соціальний педагог у школі проводить індивідуальну роботу з дітьми, які потребують особливої педагогічної уваги, залучає їх до роботи гуртків, секцій та інших об'єднань та здійснює профілактичну роботу з учнями щодо запобігання деструктивній поведінці, тютюнопалінню, алкоголізму, наркоманії, СНІДу, булінгу тощо. Саме тому, під час практики ми звернули увагу на таке явище як булінг і було вирішено обрати це як тему для дослідження і роботи. Під час написання першої курсової роботи за темою профілактики булінгу в шкільному середовищі як елементу соціальної послуги профілактики, було створено відео з елементами тренінгу, де ми розповідали про зірковий приклад юної акторки, як вона боролася з цькуванням у шкільні роки, також у відео присутній перелік тренінгових вправ та порад з приводу того, як протистояти булінгу. Дане відео було розміщено в мережі YouTube та розповсюджене серед учнів 7-х класів КУ ЗОШ №25, з якими нам порадила працювати соціальний педагог. Учні переглянули відео та надали зворотній зв'язок у вигляді коментарів з приводу змістовності та цікавості інформації, представленої у відеоролику.

Ми вирішили продовжувати працювати в даному напрямку, тому в рамках дисципліни «проектний менеджмент в соціальній роботі» було розроблено проект під назвою «Профілактика явища булінгу в шкільному середовищі», головна мета якого - профілактика явища булінгу в шкільному середовищі через просвітницькі заходи для учнів, а саме відео-тренінг.

І наразі ми здійснили реалізацію проведення тренінгу на тему «Профілактика булінгу в шкільному середовищі» серед учнів 7-го класу КУ ЗОШ №25 (29 осіб). Захід дозволили провести 13.05.2021р. замість уроку

фізичної культури в шкільному класі, де був наявний комп'ютер та проектор для показу мультимедійної презентації та відеоролику. Учні було досить багато в приміщенні, тому під час проведення заняття виникали деякі труднощі, проте, школярі були доволі активними, відповідали на питання, висловлювали свої думки, давали влучні коментарі. Було помітно, що діти обізнані з приводу явища булінгу та в деякій мірі з його структурою. Через немалу кількість учнів у шкільній аудиторії іноді створювався шум та галас, але соціальний педагог і шкільний психолог допомагали з урівноваженням дисципліни у класі. Усі були цілком задоволені співпрацею.

### **2.3. Аналіз отриманих результатів проведення тренінгового заняття серед учнів 7-го класу КУ ЗОШ №25**

13 травня 2021 року нами було проведено тренінгове заняття на тему «Профілактика булінгу в шкільному середовищі» у цільовій аудиторії учнів 7-го класу КУ ЗОШ №25 (29 осіб). Кількість учнів досить немала, тож місця у шкільному класі вистачало усім впритул, але не зважаючи на цей факт, це не завадило учням працювати під час заняття і усвідомлювати матеріал. Як ми дізналися з досвіду вже існуючих, проаналізованих нами в теоретичній частині проведених тренінгових занять для учнів-підлітків, структура заняття щодо профілактики булінгу в шкільному середовищі серед цільової аудиторії учнів-підлітків має бути такою, щоб теоретична частина займала 35% обсягу всього заняття, а практична частина - 65% обсягу заняття, тож ми врахували це під час формування структури власного заходу, теоретична частина займає у нашому занятті невеликий проміжок часу, вона викладена стисло та конкретно.

Через співвідношення обмеженої кількості часу, 45 хвилин, та присутності приблизно 30-ти учнів у класі, доводилося в певній мірі

змінювати формат деяких вправ у ході тренінгу одразу. Після того, як діти переглянули соціальний відеоролик, щоб зрозуміти тему заняття, та короткого обговорення теми тренінгу, мала бути вправа-знайомство, під час якої кожен мав по черзі говорити своє ім'я та будь-яку ту річ, яка приносить йому позитивні емоції – дану вправу довелося пропустити, адже при такій кількості дітей, ми б не встигли провести більш важливі та змістовні вправи. Також довелося скоротити вправу «мої очікування», тобто опитували ми тих учнів, які підіймали руку, щоб висловити думку з приводу того, що вони очікують почути нового або чому навчитись протягом заняття. Навіть очікування показали, що учні в 7-му класі досить добре обізнані у понятті булінг та його проявами. Далі школярам було презентовано теоретичний матеріал, він був викладений стисло, конкретно, тезисно: що таке булінг, його структура, форми прояву, як розпізнати жертву та кривдника, які існують причини та наслідки булінгу та, відповідно, що потрібно робити, якщо ти опинився в ролі жертви булінгу або спостерігаєш булінг в твоєму навколишньому середовищі. З приводу питання, до кого звертатись, учні також гарно обізнані, всі гуртом підтверджували, що слід звертатися до класного керівника та старших близьких людей.

Далі вже ми працювали з учнями практично, закріплювали теоретичний матеріал на вправах. Першою нашою вправою була «ролі у булінгу», учням були роздані картинки, де зображені ситуації булінгу, а в свої чергу учасники мали їх переглянути по черзі та висловити свої думки, хто на картинках - жертва булінгу, хто – кривдник, а хто спостерігачі і чим, власне, спостерігачі, відрізняються від кривдника. Підлітки впоралися з даною задачею і на деяких картинках впізнали уривки з власного досвіду.

Наступною вправою мало бути програвання ситуацій, ми встигли програти одну, де буллер задирається до так званої жертви, що вигадали учні. Всі проговорили, які відчуття виникали у них під час перебування в тій чи іншій ролі. Учні достатньо конкретно і влучно на свій вік описували свої почуття, наприклад, приниження, гнів, почуття влади тощо.

Перервою у «мозковому штурмі» ми провели вправу-



руханку, щоб після цього ефективніше закріпити матеріал та для відпочинку мозку. І останньою вправою на нашому тренінгу була «скринька порад», де для учнів запропоновано було на розгляд 3 ситуації, в яких присутні різні прояви булінгу, а в свою чергу вони мали дати дітям з вигаданих ситуацій поради, як правильно вчинити, якщо ти постраждав від булінгу. Знову таки, через обмежену кількість часу ми встигли розглянути 1 ситуацію з 3, але очікуваного результату, все одно під час роботи ми досягли.

Загалом, під час усіх вправ наші учні були активними, влучно та чітко висловлювали свої думки, показали свою обізнаність у причинах, а особливо у можливих наслідках булінгу, на що не можна не звернути увагу, підлітки говорили про те, що дитина, яку ображають, починає замикатись у собі, у неї починають з'являтися комплекси та необгрунтовані упереджені речі у ставленні до себе. Учасники були ініціативними у своїх відповідях, але майже це були одні й ті самі учні, що часто прослідковується під час подібних заходів. У ході роботи під час тренінгових вправ учні набули навичок подолання булінгу та комунікації в складних ситуаціях, також учасниками було закріплено і ще більше пропрацьовано знання з власного досвіду, до якого вони зверталися під час виконання вправ, напрацьовано нові кейси поведінки та способи комунікації. Також варто зауважити про дисципліну, учні іноді створювали колективний галас під час роботи, але соціальний педагог та шкільний психолог допомагали нам тримати дисципліну. Загалом, наші учні адекватно поставилися до проведеного заходу, були включеними у процес, знали про що і навіщо з ними говорять. На нашу думку, в даній цільовій аудиторії проведений захід мав і буде мати свої результати в подальшому, принаймні, це проявляється у сприйнятті та ефективному усвідомленні учнями-підлітками даної теми – профілактики булінгу в шкільному середовищі.

## **Висновки до розділу 2**

Під час виконання практичної частини нашої роботи ми поновили та закріпили знання про тренінгову техніку, про її специфіку, доцільність та ефективність роботи тренінгу з такою проблемою як шкільний булінг. Щодо доцільності проведення такого заходу ми консультувалися із соціальним педагогом школи №25, яка є базою нашої практики. А соціальний педагог, виходячи з власного досвіду роботи з профілактики та подолання булінгу в школі, яку вона проводить, а саме в рамках шкільної соціально-психологічної служби є програма «Зупинимо насильство разом», до якої входить: для людини, яка опинилася в кризовій ситуації і потребує негайної допомоги, працюють телефони довіри та “гарячі лінії”, рекомендації куди звернутися в кризовій ситуації, як допомогти потерпілому, агресору та запобігти булінгу, поради батькам, якщо їхня дитина конфліктна, як знизити рівень агресії дитини, як захистити дитину від знущань, «Цькування у школі» - посібник для батьків, рекомендації батькам щодо профілактики посттравматичних стресових розладів у дітей тощо.

Загалом, профілактична робота з подолання булінгу в школі присутня, але такі заходи у форматі тренінгів, не практикуються, тому ми вирішили провести саме тренінг з учнями-підлітками 7-го класу на тему «Профілактика булінгу в шкільному середовищі». Допомогою у формуванні сценарію заходу послугував вивчений досвід канадських шкіл та українських науковців з приводу застосування тренінгових методів у подоланні шкільного булінгу.

У Канаді з метою попередження та профілактики булінгу використовується потенціал навчальних предметів, які вивчаються в середній школі та які присвячені: 1) здоров'ю, здоровому способу життя та фізичному вихованню і культурі; 2) особистісному розвитку та професійній орієнтації; 3) вивченню поняття сім'ї. Учителі часто використовують метод кейс-стаді в цілях антибулінгової роботи. Наприклад, учитель пропонує учням кейси з випадками булінгу від вчителя або учні приносять на розгляд інциденти

булінгу з особистого життя (що має бути конфіденційним) або зі ЗМІ. Завдання полягає в тому, щоб школярі в групах написали найвдалішу, на їхню думку кінцівку наданих сценаріїв. Саме цим досвідом ми скористалися, і до програми нашого заняття ввійшла права, зокрема «Програвання ситуацій», де учні програвали ролі булінгу та вправа «Скринька порад», де саме учні і мали визначити, яка найвдаліша поведінка дітей з вигаданих ситуацій, допоможе їм подолати булінг, таким чином також і був закріплений теоретичний матеріал.

Загалом, під час проведення тренінгового заняття учні закріпили існуючі знання про булінг, набули нові знання та навички протидії булінгу і вирішення складних ситуацій, а також розвинули свої комунікативні навички, зокрема вільне висловлення точок зору та почуттів.

## ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ

У ході написання кваліфікаційної бакалаврської роботи, яка присвячена темі тренінгових технік в превенції булінгу, нами було пропрацьовані всі завдання, які ставились на початку роботи.

По-перше, нами було виявлено рівень теоретичної розробленості проблеми шкільного булінгу, а саме переглянуто та проаналізовано статистику України з приводу булінгу (статистика ЮНІСЕФ підтверджує існування даного явища, Україна посідає четверту сходинку серед країн Європи за рівнем проявів агресії підлітків). Ступінь дослідження соціальної проблеми булінгу в нашій державі знаходиться на належному рівні, адже існує достатньо публікацій наукових досліджень з методів превенції булінгу. Розглянуто досвід канадських шкіл у роботі з учнями з метою уникнення проявів агресії, а також у роботі з самими агресорами, серед методів якої тренінгові техніки посідають далеко не останнє місце, адже вони направлені на ефективну взаємодію учасників між собою, на розвиток комунікаційних навичок, на відпрацювання та програвання життєвих ситуацій та на формування адекватного ставлення до існування явища булінгу в шкільному середовищі.

Також у розділі 1 розкрито правові засади з питань булінгу, зазначено нормативно-правові документи, що регулюють питання булінгу в Україні та проаналізовано їх зміст, зокрема, яке покарання передбачене за вчинення булінгу кривдникам, основними з таких нормативних актів, якими повинні користуватися навчальні заклади у своїй роботі, є: ст. 2-5 Конвенції ООН «Про права дитини», ст. 25, 26, 30, 53-55 Закону України «Про освіту», Наказ Міністерства освіти і науки України від 28.12.2019 № 1646 "Деякі питання реагування на випадки булінгу (цькування) та застосування заходів виховного впливу в закладах освіти", ст. 173 Кодексу України про адміністративні правопорушення.

Основне, на чому варто зауважити з проаналізованих правових актів – це те, що засновник освітнього закладу та інші його працівники повинні

контролювати недопущення привілеїв чи обмежень (дискримінації) за ознаками раси, кольору шкіри, політичних, релігійних та інших переконань, статі, віку, інвалідності, етнічного та соціального походження, сімейного та майнового стану, місця проживання, за мовними або іншими ознаками; проводити контроль за виконанням плану заходів, спрямованих на запобігання та протидію булінгу (цькування) в закладі освіти; розглядати скарги про відмову у реагуванні на випадки булінгу (цькування) за заявами здобувачів освіти, їхніх батьків, законних представників, інших осіб та приймати рішення за результатами розгляду таких скарг; впливати на створення безпечного освітнього середовища в закладі освіти та здійснювати заходи з надання соціальних та психолого-педагогічних послуг здобувачам освіти, які вчинили булінг (цькування), стали його свідками або жертвами (постраждалими) від булінгу.

Серед етичних принципів роботи з цільовою аудиторією учнів підлітків виділено принципи: сприяння правам людини, сприяння соціальній справедливості та ставлення до людей як до цілісних індивідів, адже саме вони найкраще ілюструють моменти, які мають бути обов'язково враховані у роботі з учнями підліткового віку.

Перед виконанням практичної частини роботи ми ставили перед собою завдання розкрити інноваційні компоненти тренінгового методу в превенції шкільного булінгу і розробити та експериментально перевірити у практичній роботі тренінговий метод як спосіб профілактики шкільного булінгу. З приводу інноваційних компонентів, які варто відмітити, це урахування вивченої інформації про досвід канадських шкіл у методах превенції булінгу, а саме те, що: з метою попередження та профілактики булінгу вчителями-канадцями використовується потенціал навчальних предметів, які вивчаються в середній школі та які присвячені: 1) здоров'ю, здоровому способу життя та фізичному вихованню і культурі; 2) особистісному розвитку та професійній орієнтації; 3) вивченню поняття сім'ї. А також учителі часто використовують метод кейс-стаді в цілях антибулінгової роботи. Наприклад, учитель пропонує

учням кейси з випадками булінгу від вчителя або учні приносять на розгляд інциденти булінгу з особистого життя (що має бути конфіденційним) або зі ЗМІ. Завдання полягає в тому, щоб школярі в групах написали найвдалішу, на їхню думку кінцівку наданих сценаріїв. Саме цим досвідом ми скористалися, і до програми нашого тренінгового заняття ввійшла вправа, зокрема «Програвання ситуацій», де учні програвали ролі булінгу та вправа «Скринька порад», де саме учні і мали визначити, яка найвдаліша поведінка дітей з вигаданих ситуацій, допоможе їм подолати булінг, таким чином також і був закріплений теоретичний матеріал.

Під час проведення тренінгового заняття ми експериментально перевірили наявність знань учнів про булінг, його причин та наслідків, і ці знання виявилися досить непоганими, ми їх закріпили та надали ще нові знання під час представлення теоретичного матеріалу, а згодом пропрацювали навички подолання ситуацій булінгу, зокрема комунікативні навички під час проведення практичних вправ. Обрана нами цільова аудиторія (учні 7-го класу) показала достатній рівень знань з приводу явища булінгу як соціальної проблеми, закріпила існуючий досвід та набула новий у вирішенні складних ситуацій, де присутній булінг у різних його проявах.

Проведення тренінгового заняття «Профілактика булінгу в шкільному середовищі» має новизну у загальній профілактичній роботі з учнями КУ ЗОШ №25, адже подібні заходи практично не введені в програму роботи соціального педагога та шкільного психолога, тому керівництву школи, соціальному педагогу та психологу можна надати такі рекомендації щодо профілактичної та превентивної роботи з явищем шкільного булінгу:

- Дослідити досвід інших навчальних закладів у проведенні тренінгових занять з метою профілактики булінгу
- Апробувати 2-3 заняття в аудиторії учнів

- На основі досвіду апробування тренінгових методів (переваг, недоліків, підбору ефективних тренінгових вправ, зворотнього зв'язку від учнів) розробити методичні рекомендації щодо програм тренінгових занять для профілактики та превенції шкільного булінгу з урахуванням канадського методу кейс-стаді, де вчитель пропонує учням кейси з випадками булінгу від вчителя або учні приносять на розгляд інциденти булінгу з особистого життя (що має бути конфіденційним) або зі ЗМІ. Завдання полягає в тому, щоб школярі в групах написали найвдалішу, на їхню думку кінцівку наданих сценаріїв.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Булінг як різновид катувань серед неповнолітніх [Електронний ресурс] - Режим доступу : <http://www.nusta.edu.ua/wp-content/uploads/2016/11/Жеброва-Анастасія-Олександрівна.pdf>
2. Вправи-руханки на всі випадки (для розминок, веселого проведення дозвілля, фізичного розвантаження) [Електронний ресурс] - Режим доступу : <https://naurok.com.ua/vpravi-ruhanki-na-vsi-vipadki-dlya-rozminok-veselogo-provedennya-dozvillya-fizichnogo-rozvantazhennya-33508.html>
3. Дослідження «Булінг і психічне здоров'я школярів» [Електронний ресурс] - Режим доступу : [https://ldubgd.edu.ua/sites/default/files/8\\_konferezii/buling\\_i\\_psihichne\\_zdorovya\\_shkolyariv.pdf](https://ldubgd.edu.ua/sites/default/files/8_konferezii/buling_i_psihichne_zdorovya_shkolyariv.pdf)
4. Закон України "Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню) від 18 грудня 2018 року № 2657- VIII" [Електронний ресурс]-Режим доступу : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2657-19#Text>
5. Закон України "Про освіту" від 5 вересня 2017 року № 2145 – VIII [Електронний ресурс] - Режим доступу : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text>
6. Кодекс України про адміністративні правопорушення [Електронний ресурс] – Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/80731-10#Text>
7. КОНВЕНЦІЯ ООН про права дитини [Електронний ресурс] - Режим доступу : [https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995\\_021#Text](https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_021#Text)
8. Методика проведення тренінгів: метод. матеріали /Департамен. культури і туризму Харк. облдержадмін., Харк. обл. універс. наук. б-ка; ред.-уклад. Н.М. Грачова - Х.: ХОУНБ, 2013. [Електронний ресурс] - Режим доступу : <http://library.kharkov.ua/libdruk/LibKh-00000000064.pdf>



9. «Не смійся з мене: просвітницько-профілактична програма тренінгових занять» : Навч.- метод. посібник / Авт. Лора Паркер Рорден, за заг. ред. Лях Т. Л. – К. : УМСА, 2013. – 100 с.
10. Нові глобальні етичні принципи соціальної роботи [Електронний ресурс] - Режим доступу : <https://grani-print.dp.ua/index.php/jaysrt/article/view/135/77>
11. Нормативно - правова база з питань булінгу (цькування) ) [Електронний ресурс] – Режим доступу : <https://drabiv-osvita.gov.ua/httpszakonradagovualawsshow265719-08-13-15-20-05-2020/>
12. Протидія булінгу в закладі освіти: системний підхід. Методичний посібник. / Андрєєнкова В.Л., Мельничук В.О., Калашник О.А. – К.: ТОВ «Агентство «Україна», 2019. – 132 с. [Електронний ресурс] - Режим доступу : <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/protidia-bulingu/2019-11-25-protydiy-bulliny.pdf>
13. Профілактика булінгу в учнівському середовищі [Електронний ресурс] – Режим доступу : [http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:nxxvfKI noqsJ:myrneskool.at.ua/profilaktika\\_bulingu\\_v\\_uchnivskomu\\_seredovishhi.doc](http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:nxxvfKI noqsJ:myrneskool.at.ua/profilaktika_bulingu_v_uchnivskomu_seredovishhi.doc)
14. Сайт UNICEF «Стоп булінг» [Електронний ресурс] - Режим доступу : <https://www.stopbullying.com.ua/>
15. Тренінг для учнів: "ПРОФІЛАКТИКА БУЛІНГУ В УЧНІВСЬКОМУ СЕРЕДОВИЩІ" [Електронний ресурс] – Режим доступу : <https://naurok.com.ua/trening-dlya-uchniv-profilaktika-bulingu-v-uchnivskomu-seredovischi-129162.html>
16. Що таке булінг в школі і чому про нього потрібно знати всім [Електронний ресурс] - Режим доступу : <https://svatove.city/read/card/32211/scho-take-buling-v-shkoli-i-chomu-pro-nogo-potribno-znati-vsiv>

## Структура тренінгу

| № з/п | Вид роботи   | Час, хв | Ресурсне забезпечення                                       |
|-------|--|---------|---|
| 1.    | Привітання учасників   | 2 хв.   | Мультимедійна презентація, соціальний відеоролик про булінг |
| 2.    | Вправа «Знайомство»  | 3 хв.   |   |
| 3.    | Вправа «Правила роботи»  | 2 хв.   | Мультимедійна презентація                                   |
| 4.    | Вправа «Мої очікування»  | 2 хв.   | Папір, ручки або олівці                                     |
| 5.    | Інформаційне повідомлення "Що таке булінг, його причини, наслідки, правові засади» | 7 хв.   | Презентація або відео                                       |
| 6.    | Вправа «Ролі у булінгу»  | 7 хв.   | Ілюстрації з «персонажами» явища булінгу                    |
| 7.    | Вправа «Програвання ситуацій»  | 8 хв.   |   |
| 8.    | Вправа-розминка «Три рухи»   | 5 хв.   |   |
| 9.    | Вправа «Скринька порад для тих, хто опинився у ролі постраждалого від булінгу»     | 8 хв.   | Ситуації для обговорення, папірці, скринька                 |
| 10.   | Підведення підсумків   | 3 хв.   |   |

**Тема:** Профілактика булінгу в шкільному середовищі

**Мета тренінгу:** ознайомити учнів з поняттям, формами та структурою булінгу; виховувати почуття емпатії та переживання до дитини, яка зазнає насильства; розвивати вміння пошуку шляхів виходу зі складної ситуації; формувати навички відповідальної та безпечної поведінки.

**Тривалість:** 45 хвилин.

### Хід проведення

#### 1. Привітання

*Мета:* повідомлення теми заняття, установка на роботу.

Представлення учням ситуації булінгу для розпізнавання та розуміння учасниками теми і мети заняття, коротке обговорення теми та мети заняття.

#### 2. Вправа «Знайомство»

*Мета:* підвищити рівень згуртованості групи, допомогти учасникам тренінгу краще пізнати один одного, створити сприятливу атмосферу.

Кожен учасник називає своє ім'я і ту будь-яку річ, яка приносить йому (їй) задоволення, радість, позитивні емоції (це може бути будь-що: їжа, одяг, хобі, предмет, діяльність тощо).

#### 3. Вправа «Правила роботи»

*Мета:* організація групи та створення можливості ефективної роботи.

Ознайомлення учасників з правилами роботи на тренінгу.

#### **ПРАВИЛА РОБОТИ:**

1. Говорити від свого імені
2. Бути доброзичливими і активними
3. "Піднята рука"
4. Один говорить - усі слухають
5. «Вільна нога»
6. Обговорювати дію, а не особу.

7. Вільне висловлення своєї думки і повага до думок інших

#### **Запитання до групи:**

1. Чи згодні ви з правилами?
2. Чи маєте ще якісь пропозиції?

#### **4. Вправа «Мої очікування»**

*Мета:* формування власної мети діяльності, мотивація та усвідомлення власної відповідальності за досягнення певних результатів.

Кожен учасник має написати і проговорити по черзі свої очікування від даного тренінгового заняття.

#### **5. Інформаційне повідомлення "Що таке булінг, його причини, наслідки, правові засади"**

*Мета:* ознайомити учасників з поняттям булінгу, соціальними ролями у булінгу, стилями їх поведінки, причинами, наслідками булінгу та правовими засадами щодо покарань для кривдників.

**Булінг** у перекладі з англійської - хуліганити, грубіянити, визначається, як утиск, цькування, дискримінація. Це тривалий процес свідомого жорстокого ставлення (фізичного і психічного) з боку дитини або групи дітей до іншої дитини або дітей.

- **4 головні компоненти булінгу:**
  - - агресивна і негативна поведінка;
  - - здійснюється регулярно;
  - - відбувається у відносинах, учасники яких мають неоднакову владу;
  - - така поведінка є навмисною.
- **Форми шкільного булінгу:**
  - фізичний (умисні штовхання, удари, стусани, побої, нанесення інших тілесних ушкоджень та ін.);
  - психологічний (насильство, пов'язане з дією на психіку, що завдає психологічну травму шляхом словесних образ або погроз, переслідування, залякування, якими навмисно заподіюється емоційна невпевненість)
- **Соціальна структура булінгу:**

- переслідувач (кривдник, агресор);
- постраждала дитина (жертва);
- спостерігач.
  
- **Як розпізнати жертву:**
  - діти, які не можуть захистити себе, фізично слабші за своїх однолітків;
  - невпевнені в собі діти, замкнуті, мовчазні;
  - діти, які мають руде волосся, веснянки, повні чи дуже худі;
  - діти, які уникають певних місць у школі (наприклад, на перерві сидять у класі);
  - діти, які часто не мають ні одного близького друга, краще спілкуються з дорослими ніж з однолітками.
- **Як розпізнати агресора:**
  - якщо це хлопчики, вони зазвичай фізично сильніші за інших;
  - виділяються зовнішністю, манерою поведінки, одягом;
  - вони часто зухвалі та агресивні в ставленні до дітей та дорослих;
  - не дуже гарно вчать ся;
  - мають досить велике коло друзів або однодумців та ін.
- **Як розпізнати спостерігача:**
  - діти з кола кривдника;
  - однокласники;
  - випадкові учні або інші, які ніяк не реагують, коли спостерігають випадки цькування

**ПРИЧИНИ БУЛІНГУ: (НАСПРАВДІ ЇХ НЕМАЄ, НІХТО НЕ МАЄ ОБРАЖАТИ НІКОГО ЧЕРЕЗ ВКАЗАНІ ОЗНАКИ)**

- Руде волосся, веснянки
- Вага
- Колір шкіри, національність
- Зріст
- Сором'язлива поведінка
- Поганий зір, окуляри

- Фізичні вади

### **НАСЛІДКИ БУЛІНГУ:**

- Зниження самооцінки
- Тривожність
- Психологічні розлади поведінки, комплекси
- Поганий сон та апетит
- Вживання алкоголю
- Паління
- Думки про самогубство

Покарання, передбачені за вчинення булінгу:

- накладення штрафу від 850 до 1700 грн
- громадські роботи на строк від 20-ти до 40-ка годин

### **ЩО РОБИТИ, ЯКЩО ТИ СТАВ ЖЕРТВОЮ БУЛІНГУ?**

- 1. У жодному разі не тримай це в секреті. Виріши, кому ти довіряєш і можеш про це розповісти: батькам чи іншим родичам, другу або подрузі, вчителю, психологу, тренеру або навіть друзям своїх батьків.
- 2. Не бійся просити про допомогу — вона тобі необхідна.
- 3. Припини звинувачувати себе чи виправдовувати дії інших. Ніхто не має права порушувати твої кордони, примушувати робити щось, принижувати чи ображати тебе. Така поведінка не прийнятна.
- 4. Якщо трапилась будь-яка небезпечна для тебе ситуація, звертайся за допомогою до адміністрації школи, вчителів, старших учнів, батьків.
- 5. Проконсультуйся зі шкільним психологом, щоб відновити відчуття впевненості у своїх силах та зрозуміти, як діяти далі.
- 6. Не реагуй агресією на агресію, по можливості намагайся уникати кривдників, іти спокійно з місця, де тебе булять.

### **6. Вправа «Ролі у булінгу»**

***Мета:** навчити учасників тренінгу розпізнавати соціальні ролі булінгу.*

Учні мають пояснити, де на картинках, які будуть показані, - жертва, де - кривдник, а де – спостерігачі і чому.

## **7. Вправа «Програвання ситуацій»**

Учні мають розділитися на групи і придумати ситуації, в яких буде присутній булінг, де мають бути обов'язково жертви і кривдники (спостерігачі – не обов'язково). Потім жертви та кривдники мають помінятися ролями. Кожен учасник має розповісти про свої відчуття під час виконання різних ролей у булінгу.

## **8. Вправа-розминка «Три рухи»**

*Мета* : відпочинок для мозку, з метою кращого засвоєння інформації та розумової діяльності.

Ведучий демонструє три різних рухи та нумерує їх відповідними номерами : 1, 2 та 3. За довільною чергою ведучий говорить номер, а учасники мають повторити відповідний рух.

## **9. Вправа «Скринька порад для тих, хто опинився у ролі постраждалого від булінгу»**

*Мета:* вироблення навичок безпечної поведінки у конкретній ситуації, пошук шляхів захисту у ситуації булінгу.

Учні залишаються працювати у своїх підгрупах. На розгляд пропонується 3 ситуації, в яких присутнє цькування. Учні мають визначити правильний та безпечний шлях як жертва має себе захистити, як має поводитись, дати поради дітям із ситуацій, прописати їх та покласти у скриньку.

### **Ситуація №1**

Христина як завжди сиділа за партою, хоча всі її однолітки метушилися та галасували під час перерви. Вона спостерігала щодня одну й ту саму картину: однокласники на перерві сміються, зацікавлено щось обговорюють, жартують та кокетливо поглядають на хлопців. Звичайно, адже вони не носять цих потворних окулярів та брекетів на зубах. Через них вона терпіла стільки знущань та насмішок серед однокласників..! Тільки вдома вона могла насолодитися любов'ю та теплом, яке дарували їй її батьки.

Одного разу на уроці української літератури всі учні в класі по черзі читали текст повісті, цього ж дня Христина загубила свої окуляри і пішла до школи без них. Коли прийшла черга дівчини читати, вона не змогла швидко почати читати, бо без окулярів дуже погано бачить, за хвилину почула насмішки однокласників...

### **Ситуація №2**

Кожен ранок Максима починався з того, що він чув чергову сварку батька та матері. Так сталося і цього разу. Проспавши, він похапцем одягнувся і вибіг на вулицю. Снідати не хотілось, та й ні мама, ні тато не поміять, що його вже нема. Він звик. Адже давно його у сім'ї не помічали. Під час однієї з перерв Макс засмучений з опущеною головою йшов коридором школи і не помітив як на зустріч йому йшов старший учень і зіткнувся з ним. Старшокласник виявився грубим та агресивним і через це зіткнення почав булити Максима, на що він сміливо і навіть грубо відповідав, що не навмисне і щоб той відчепився від нього, натомість старший хлопець не приймав його аргументів, вдарив по голові і пішов далі...

### **Ситуація №3**

У 7-А навчався темношкірий хлопець Давід, мав своїх друзів у класі, ніби-то все було добре, але друзі іноді по-товариськи докучали його жартами з мемів про чорношкірих, він реагував завжди без образ, проте був такий один випадок, що друзі Давіда почали жартувати з його кольору шкіри дуже часто і вкрай надокучливо. І одного разу Давід не витримав і вдарив одного з хлопців, потім почалася бійка між ними всіма...

## **10. Підведення підсумків**

Чи справдилися очікування учасників від заняття, що запам'ятали, що найбільше їм сподобалося та які висновки вони для себе зробили. Подяка ведучого учасникам за активну участь, власні побажання учням.

Додаток В

Фото-звіт з проведення тренінгового заняття









