

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ВОЛИНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ ЛЕСІ УКРАЇНКИ**

**Кафедра соціальної роботи та педагогіки вищої школи**

**КОРДИШ ДАРИНА ВІКТОРІВНА**

**СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНА ПРОФІЛАКТИКА БУЛІНГУ СЕРЕД  
УЧНІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ**

Спеціальність: 231 «Соціальна робота»

Освітньо-професійна програма «Соціальна робота. Соціальна педагогіка»

Робота на здобуття освітньо-кваліфікаційного рівня «Бакалавр»

Науковий керівник:

**МАРТИНЮК ТЕТЯНА АНАТОЛІЇВНА,**

доктор педагогічних наук, професор

**РЕКОМЕНДОВАНО ДО ЗАХИСТУ**

Протокол № 21

засідання кафедри соціальної роботи

та педагогіки вищої школи

від 16 травня 2024 р.

Завідувач кафедри

\_\_\_\_\_ проф. Чернета С.Ю.

**ЛУЦЬК – 2024**

## АНОТАЦІЯ

**Кордиш Д. Соціально-педагогічна профілактика булінгу серед учнів початкової школи. – Рукопис.**

Робота на здобуття освітньо-професійного ступеня «Бакалавр» за спеціальністю 231 Соціальна робота. – Волинський національний університет імені Лесі Українки. – Луцьк, 2024.

У дипломній роботі піднімаються питання виникнення та поширення соціального явища булінгу в середовищі молодшої школи. Розглядається сутність поняття «булінг» та характеристика основних ознак цього соціального явища в шкільному середовищі. Визначено фактори детермінації булінгу у дитячому середовищі. Описано основні компоненти, форми булінгу та соціальну структуру даного явища. Визначено специфіку та передумови, які сприяють появі систематичної та довготривалої агресії в шкільному середовищі. Проаналізовано особливості здійснення профілактики булінгу серед учнів початкової ланки середньої освіти. Здійснено дослідження обізнаності молодших школярів з явищем булінгу у початковій школі та запропоновано програму профілактики булінгу в умовах початкової ланки середньої освіти, а також рекомендації щодо її ефективної реалізації.

**Практичне значення дослідження** полягає у тому, що розкриті основні положення профілактики булінгу серед молодших школярів, розроблено програму профілактики булінгу, а також запропоновано рекомендації ефективної реалізації програми профілактики булінгу серед молодших школярів в умовах закладу загальної середньої освіти.

**Ключові слова:** агресія, булінг, шкільне середовище, соціальна структура булінгу, програма профілактики булінгу.

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b> .....	<b>4</b>
<b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ СОЦІАЛЬНОГО ЯВИЩА БУЛІНГУ</b> .....	<b>7</b>
1.1 Сутність поняття «булінг», характеристика основних ознак.....	7
1.2 Фактори детермінації булінгу у дитячому середовищі.....	13
1.3 Соціальна структура булінгу з огляду на особливості дитячої взаємодії у початковій школі .....	17
<b>РОЗДІЛ 2. СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНА ПРОФІЛАКТИКА БУЛІНГУ В ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ</b> .....	<b>24</b>
2.1. Особливості здійснення соціально-педагогічної профілактики булінгу серед учнів початкової ланки середньої освіти .....	24
2.2. Дослідження обізнаності молодших школярів з явищем булінгу у початковій школі.....	32
2.3. Програма профілактики булінгу в умовах початкової ланки середньої освіти та рекомендації щодо її ефективної реалізації.....	41
<b>ВИСНОВКИ</b> .....	<b>50</b>
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b> .....	<b>55</b>
<b>ДОДАТКИ</b> .....	<b>59</b>

## ВСТУП

**Актуальність проблеми:** Упродовж останніх років у нашому суспільстві разом із кризовими соціальними та моральними явищами значно поширилися й прояви шкільного насильства. Аналіз соціально-педагогічної літератури засвідчує, що в сучасних закладах освіти спостерігається зростання кількості випадків свідомого жорстокого ставлення з боку старших і сильніших учнів та вчителів до менших і слабших членів шкільного колективу. Зовнішніми детермінантами насильства для дітей часто стають дорослі (батьки, родичі, сусіди, випадкові знайомі), які мають соціальні та психологічні проблеми, а також в окремих випадках і педагогічні працівники. Тому одним із кричущих завдань соціально-педагогічної науки. Особливо у період війни у країна є пошук дієвих засобів і методів профілактики насилля серед дітей, оскільки прогнозовано ще явище враховуючи реалії сьогодення має тенденцію до більшого поширення і в освітньому середовищі.

В Україні було проведене перше глобальне опитування вчителів на тему шкільної дискримінації. Дослідження громадської організації «Studena», у яких взяли участь понад 1400 вчителів, довели: проблема поширена, адже лише за останні місяці із цькуванням учнів іншими дітьми стикалися майже 64% опитаних 23% дітей, потерпілих від булінгу, та 71% вчителів заявило, що вчителі втручаються в ситуацію кривдження часто або практично завжди [20], а це говорить про те, що дорослі недооцінюють частоту та травматичність випадків знущання та агресивної поведінки серед дітей та підлітків, не сприймають булінг як серйозну проблему, вважаючи такі випадки певними проявами їхнього дорослішання. Приблизно третина вчителів, які взяли участь в опитуванні, переконана, що ймовірність стати жертвою цькування є однаковою для всіх, незалежно від віку. Серед тих, хто визначив найтипівіший для булінгу вік, 84% усвідомлює: найбільше фактів цькування стається в середній школі, з 5-го по 9-й клас. І лише по 8% тих, хто вважає типовими жертвами знущань учнів початкової або старшої школи.

Досвід України, на жаль, не є винятком зі світових тенденцій, а лише підтверджує тяжіння до укорінення явища булінгу, насильства в школах та підліткової злочинності. В одному з наказів заступник Міністра освіти зазначає, що за статистикою в Україні відбувається «омолодження» складу правопорушників, зростає кількість групових правопорушень, в окремих місцях створюються постійні підлітково-молодіжні групи асоціального напрямку, а також відзначається зростання агресивності поведінки учнів, збільшення кількості дівчат-підлітків із проявами антисуспільної поведінки.

Також підтвердження поширеності явища в Україні є численні випадки булінгу, оприлюднені в засобах масової інформації. Відповідно до дослідження ЮНІСЕФ: 67% дітей в Україні у віці від 11 до 17 років стикалися з проблемою булінгу; 24% дітей стали жертвами булінгу; 48% дітей нікому не розповідали про випадки булінгу; 44% школярів були спостерігачами булінгу, але ігнорували його, бо їм було страшно за себе; більшість дітей булять за те, що вони виглядають, говорять, думають не так, як інші діти.

Наукові дослідження і статистичні дані підтверджують, що булінг – це серйозна проблема, яка має далекосяжні наслідки для учнів, які причетні, їх родин, ровесників і найближчої громади.

Отже, актуальність теми дослідження полягає в необхідності вивчення явища булінгу як прояву агресивної поведінки серед молодших школярів та попередження цього явища в умовах початкової школи закладу загальної середньої освіти.

**Мета** дослідження – розробити програму профілактики булінгу серед учнів початкової школи в умовах закладу середньої освіти.

Мета роботи передбачає виконання таких завдань:

1. Здійснити теоретичний аналіз проблем булінгу.
2. Визначити фактори детермінації булінгу у дитячому середовищі та проаналізувати особливості соціальної структури булінгу .

3. Дослідити обізнаність молодних школярів з явищем булінгу у початковій школі..

4. Розробити та представити програму профілактики булінгу у початковій ланці середньої освіти та відповідні рекомендації до неї.

**Об'єкт дослідження** – булінг у середовищі молодших школярів.

**Предмет дослідження** - зміст, форми та методи соціально-педагогчної профілактики шкільного булінгу у початковій ланці середньої освіти.

**Методи дослідження:** теоретичні: аналіз педагогічної, соціально-педагогічної, психологічної, соціологічної, юридичної, медичної літератури; емпіричні: бесіди, тести, методи математичного аналізу (підрахунок середньоарифметичних показників і підрахунок процентних показників) та систематизація даних.

**Апробація результатів та публікації:** Дипломну роботу обговорено на засіданні кафедри соціальної роботи та педагогіки вищої школи, результати дослідження апробувалися у ході виробничих практик та частково відображені у тезах Соціальна робота з сім'ями, які опинились в складних життєвих обставинах / *Педагогіка* [Текст] : зб. наук. пр. : матеріали XIV Міжнародної науково-практичної конференції науковців, аспірантів та студентів «Актуальні проблеми педагогіки, соціальної роботи та соціального забезпечення» (17 травня 2023 р.) / за ред. В. З. Антонока, С. Ю. Чернети та ін.. Луцьк, 2023. С. 83-86.

**Структура роботи:** бакалаврська робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел, додатків. Загальний обсяг роботи складає 59 сторінок.

## РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ СОЦІАЛЬНОГО ЯВИЩА БУЛІНГУ

### 1.1 Сутність поняття «булінг», характеристика основних ознак

Проблема жорстокої та насильницької поведінки дітей привертає увагу нинішнього суспільства і знаходить своє відображення в зарубіжних та вітчизняних дослідженнях. Реальністю стало пропагування культу сили та жорстокості в ЗМІ, зниження виховного потенціалу сім'ї, порушення взаємодії між школою та сім'єю, поширення зразків асоціальної поведінки. Значного поширення набуло явище булінгу у загальноосвітніх навчальних закладах.

У останні 20 років слово «булінг» стало міжнародним соціально-психологічним і педагогічним терміном, за яким стоїть ціла сукупність соціальних, психологічних і педагогічних проблем. До початку 70-х років ХХ століття це явище не було предметом систематичного вивчення. Однак на сьогодні єдиного та однозначного визначення явища булінгу немає. У перекладі з англійської мови булінг (bullying) означає цькування, залякування, третирування.

Аналіз теоретичних джерел засвідчив, що в зарубіжних країнах для визначення явища шкільного насильства використовуються такі терміни як, тиск, дискримінація, мобінг (як групові притиснення дитини), булінг. Останній термін вживається в спеціальній літературі найбільш часто. Так, одним з перших науковців, який почав досліджувати явище булінгу був Д. Ольвеус. Він розкриває сутність терміна «bullying» як ситуацію, в якій учень є об'єктом негативних дій з боку одного чи кількох учнів [42]. Згідно із наведеним визначенням, булінг – це використання своєї сили, статусу, соціального положення для залякування, нанесення шкоди або приниження іншого, хто має меншу силу чи статус. Так, автор чітко визначає головну відмінність випадкової бійки чи суперечки, коли учасники відносно рівні у своїх силах та мають однаковий соціальний статус, на відміну від ситуації

булінгу – коли один учасник має значну перевагу у силі та статусі і завдає шкоду – слабшому, який не здатен себе захистити.

Інший відомий дослідник Е. Роланд розглядає явище булінгу як тривалий процес усвідомленого жорсткого ставлення (фізичного чи психічного) з боку однієї особи чи групи осіб до іншої особи, яка не здатна захистити себе в даній ситуації [44]. Варто зазначити, що більшість зарубіжних науковців дійшли висновку, що булінгу притаманні такі загальні ознаки: агресивна та негативна поведінка, повторюваність та систематичність насильницьких дій, дисбаланс влади чи сили між учасниками та зумисність нанесення шкоди.

Виділяють такі види булінгу: фізичний, вербальний та соціальний. Прикладами фізичного булінгу, найбільш помітного, однак, який складає менше третини випадків булінгу, є: побиття учня або його штовхання, підніжки, зачіпання, бійки, ляпаси, пошкодження та знищення одягу, особистих речей жертви, а також погляди, жести, образливі рухи тіла та міміки обличчя. Словесні образи, погрози, ворожі насмішки або жарти, принизливі обзивання, дошкуляння, жорстока критика, висміювання, агресивні зауваження, записки з погрозами застосування насилля, поширення неправдивих обвинувачень, ворожих чуток та пліток – належать до вербального виду булінгу. Соціальний вид булінгу, проявляється в систематичному приниженні почуття гідності потерпілого шляхом ігнорування, ізоляції, уникання, соціального виключення, маніпуляцій, залякування, шантажу до жертви [3, 6, 46]. З розвитком інформаційно-комунікаційних технологій та мережі Інтернет особливої актуальності набуває поява такого виду булінгу як «кібербулінг» (cyberbullying) – форма поведінки, яка полягає у розсиланні повідомлень агресивного та образливого характеру з використанням нових інформаційних та комунікаційних технологій [40]. Так, діти створюють веб-сторінки та сайти, де можуть вільно спілкуватися, коментувати, ображаючи інших, поширювати плітки, фотографії особистого



характеру та іншу інформацію; також кривдники відсилають електронні листи та повідомлення своїм жертвам, у яких їх всіяко принижують.

На наш погляд, всі ці визначення не повністю виражають сутність булінгу, а висвітлюють лише деякі його аспекти. Адже сутність та причина в цьому явищі криється значно глибше.

Спираючись на Інтернет енциклопедію «Вікіпедія», булінг включає чотири головні компоненти:

- це агресивна і негативна поведінка;
- здійснюється регулярно;
- відбувається у відносинах, учасники яких мають неоднакову владу;
- ця поведінка є навмисною [6].

Проте, Барбара Колоросо, психолог і автор програми «Діти цього гідні!», вважає, що причина булінга полягає не в агресивності, а в неповазі, неприязні до особи іншої людини, в тому, що деякі діти і підлітки (та і дорослі) переконані у своєму переважному праві завдавати шкоди іншим без відчуття емпатії, співчуття і сорому. Для них характерно:

- почуття, що у мене є право заподіювати біль і контролювати оточення;
- нетерпимість до іншості;
- почуття, що я маю право виключати, ігнорувати, ізолювати, виділяти інших [15].

Ми погоджуємося з думкою психолога, але хочемо наголосити, що саме підвищена агресивність «кривдника» є основною причиною виникнення булінгу. Відомо, що агресивність як стійка характеристика особи не властива людській істоті спочатку - діти засвоюють моделі агресивної поведінки практично з моменту народження і в течії онтогенезу. Наприклад, якщо в середовищі педагогів і учнів культивується дух насильства як невід'ємна ознака чоловічого начала, недивно, що булінг в цій школі буде практично узаконений і, таким чином, переважна більшість дітей може проявляти зайву агресію.

Ближчою до нашого дослідження є думка Л. Кішлі, яка вважає, що основною характеристикою булінгу є емоційне приниження, образа почуттів людини, що призводить до виключення її з групи.

Дослідниця виділяє сім ознак булінгу:

1. Емоційне приниження включає вербальні і невербальні способи вираження. Вербальні способи – це негативно забарвлені висловлювання, використання підвищеного тону, крик, звинувачення у помилках, приниження здобутків і досягнень людини. Невербальні способи – зневажливий погляд, мовчазне засудження, образливі жести тощо.

2. Продовження емоційно образливої і принизливої поведінки впродовж тривалого періоду. Жертви булінгу визнають, що навіть, якщо неприйняття і несхвалення висловлюється у відносно м'якій формі, але впродовж тривалого періоду, виникає відчуття загнаності і відсутності виходу.

3. Непривітна і недовірлива поведінка також класифікується як булінг.

4. Втручання у приватне життя людини.

5. Якщо наслідком агресивного, негативного ставлення до людини є погіршення психологічного і фізичного стану цієї людини, то така поведінка визначається як булінг.

6. Якщо агресор має намір завдати шкоду іншій людині, або дозволяє чи сприяє, щоб ця людина пережила травмуючі події, ця поведінка є булінгом.

7. Агресор займає вище становище ніж його жертва і відповідно дозволяє собі дії, що принижують гідність і завдають моральної або фізичної шкоди іншій людині [44].

Хочемо зазначити, що у грудні 2018 року, Верховна Рада ухвалила закон «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню)» (№ 8584). Законом Кодекс України про адміністративні правопорушення доповнено статтею 173-4, якою передбачено, що булінг (цькування), тобто діяння учасників освітнього процесу, які полягають у психологічному, фізичному, економічному, сексуальному насильстві, у тому числі із застосуванням засобів електронних 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.

Розрізняють прямий та непрямий булінг. До прямого булінгу відносять: удар, штовхання, щипання, плювання, кусання, залякування, обзивання, жорстокі жарти, утискання через соціальний статус, релігію, расу, доторки сексуального характеру [17].

Непрямий булінг проявляється переважно у емоційній та пасивно агресивній поведінці, яка включає ізоляцію, виключення, поділ на категорії нижче і вище, ненависний погляд, непристойні жести, написання графіті, поширення пліток, зловживання стосунками, вимагання грошей чи речей [22, 23].

Отже, спираючись на вищевикладені аспекти, можна виділити наступні особливості явища булінгу:

1. Частіше відбувається в місцях, де контроль з боку дорослих менший або відсутній, — їдальні, коридори, сходи, вбиральні, спортивні майданчики; частіше відбувається в школах, ніж по дорозі в школу чи з неї;

2. Кривдники та жертви зазвичай одного віку, однак 30% жертв зазначають, що кривдники були дорослішими за них, а 10% — молодшими, що підтверджує принцип різниці влади;

3. Кривдники-хлопці частіше застосовують фізичну агресію, а дівчата — дражняться, поширюють чутки, ізолюють, ігнорують та виключають жертву;

5. До хлопців частіше, ніж до дівчат, застосовується як прямий (вербальний, фізичний), так і непрямий (соціальний) булінг;

6. Половина випадків знущання відбувається «один-на-один», у решті кривдниками виступає вже група дітей;

7. Знущання найбільш поширені в початковій та середній школі (більше прямого знущання — вербального, фізичного), рідше — у старшій школі, однак з дорослішанням булінг набуває більш прихованого характеру (булінг з боку хлопців помітно зменшується з настанням 15 років, у дівчат — після 14);

8. У школах з охоронцями порядку значного зниження булінгу порівняно з тими, де такого нагляду немає, не помічено (13% у порівнянні з 16%) [17];

9. Школи в непривілейованих районах, школи й класи з учнями з поведінковими, емоційними, навчальними проблемами мають більше випадків булінгу (хоча деякі дослідження спростовують зв'язок між рівнем булінгу та соціально-економічним статусом сім'ї або урбанізацією місця проживання [17]).

Отже, булінг — повторювані, свідомі, навмисні та обдумані дії з наміром нашкодити, викликати страх шляхом погрози подальшою агресією. Усі дії, попри їх різноманіття, мають спільні риси:

1) дисбаланс влади, тобто кривдник та жертва обов'язково різні за соціальним статусом, фізичною чи психологічною адаптованістю до середовища, різної статі, раси, релігії, сексуальної орієнтації тощо;

2) намір нашкодити, тобто кривдник навмисно викликає емоційний або фізичний біль у потерпілого, насолоджується спостерігаючи; 3) погроза подальшої агресії, тобто кривдник і жертва розуміють, що це не перший і не останній випадок знущання [42].

Отож, сутність булінгу все-таки не в самій агресії або злості кривдника, а сильному почутті зневаги до покірливого, слабшого, того, хто ніби не заслуговує на повагу, оскільки не може чи не хоче, на дуику кривдника себе захистити. Це дозволяє кривдникам шкодити без почуття провини, співчуття чи емпатії.

Спираючись на дослідження вище перерахованих авторів, можна стверджувати, що булінг — це специфічна форма агресивної поведінки, яка може характерна для ситуації, коли учень постійно чи повторно зазнає

насильницьких дій з боку одної чи більше осіб. Вона має за мету завдати шкоду, викликати страх, невпевненість або тривогу, або ж створити негативне середовище у школі для іншої особи. Булінг виникає у ситуації, в якій існує сил.

## 1.2. Фактори детермінації булінгу у дитячому середовищі

Проведений нами теоретичний аналіз показує, виділяють такі чинники, що сприяють виникненню насильницької поведінки у дітей молодшого шкільного віку:

- низький рівень сформованості моральних уявлень, неадекватна, зазвичай занижена самооцінка;
- емоційна нестабільність, високий рівень особистісної тривожності, низький рівень розвитку інтелекту, несформованість навичок самоконтролю поведінки;
- статус у колективі однолітків, низький рівень соціальної адаптації, несприятливий емоційний мікроклімат в сім'ї, характер і система виховання.

Можемо виділити наступні факторів ризику виникнення булінгу:

- припущення, що агресивна поведінка допустима;
- потреба завоювати авторитет серед однолітків;
- потреба привернення уваги дорослих;
- нудьга, здирство, компенсації за невдачі в навчанні чи громадському житті;
- через тиск батьків, через жорстоке поводження батьків та відсутність їхньої уваги до дитини [29].

Типологія сімей та основні проблеми дітей, пов'язані з підвищеною агресивністю:

- неповні сім'ї (відсутність одного із батьків): діти можуть проявляти емоційне насильство щодо однолітків, зокрема, дівчатка частіше ніж хлопчики застосовуватимуть його до інших;

- емоційно нестабільні сім'ї. Тривожна атмосфера сім'ї змушує дитину захищатися, поводитися агресивно. У таких сім'ях майже відсутня взаємна підтримка і близькі стосунки між членами родини. Матері з високим рівнем тривожності, які негативно ставляться до життя, не довіряють своїй дитині, не визнають авторитет вчителів та не бажають співпрацювати зі школою, схильні виправдовувати насильство як природну реакцію на спілкування з так званими зовнішніми ворогами;

- авторитарні сім'ї. Виховання в умовах домінуючої гіперпротекції характеризується безумовним підпорядкуванням волі батьків, тому діти в таких сім'ях почуваються пригнічено. Водночас, слід зазначити, що школа стає для них місцем, де вони можуть «виплеснути» накопичений гнів і страх на дітей та вчителів;

- деструктивні сім'ї. Конфліктні стосунки між батьками (часті сварки, груба лайка, агресивне самоствердження в присутності дитини тощо) не лише болісно сприймаються дитиною, але й стають взірцем для наслідування (моделлю наuczіння). Діти засвоюють і надалі застосовуватимуть її в повсякденному житті як спосіб справлятися з ситуацією. Агресивна модель поведінки може передаватися з покоління в покоління, формуючи відповідний життєвий сценарій. Діти з сімей, в яких практикується насильство, оцінюють насильницькі ситуації не так, як діти з дружніх і гармонійних родин;

- сім'ї зі схильністю до насильства. Поява агресії залежить від психологічної стійкості людини на дію стресора. У дітей різна генетична основа реагування на стресові ситуації. Відомо, що діти з низькою толерантністю до стресу більш схильні до насильницьких дій; вони стають конфліктними, зі всіма сваряться, не контролюють свою поведінку [20; 25]

Однією з причин появи агресивної поведінки може бути синдром дефіциту уваги та гіперактивності — розлад поведінки в дітей, що виявляється в проблемах фокусування уваги, схвильованості та нервозності, неуважності, імпульсивності, гіперактивності. Такий розлад зустрічається в 2–3 рази частіше в хлопців, ніж у дівчат, та охоплює 4% дітей віком 9–17 років

(протягом 6 місяців). Не менш серйозним є біполярний розлад — психічна хвороба, що характеризується періодичними депресіями, маніями або поєднанням обох, а головне викликає, на відміну від змін настрою, погіршення нормального соціального функціонування в школі, з однолітками та вдома в сім'ї [26, 29].

До сімейних чинників, що можуть викликати булінг, відносять:

- брак близьких стосунків у батьків з дитиною або у сім'ї;
- слабкий або занадто сильний контроль над дитиною;
- ігнорування її потреб;
- прийняття та моделювання агресивної поведінки батьками чи іншими значущими дорослими;
- неповну сім'ю [30].

Існують деякі особливості сімей, у яких зростають жертви булінгу:

- фінансові чи сімейні проблеми;
- занадто часті втручання у вирішення проблеми дитини, через що вона не має змоги розвинути власні соціальні навички вирішення проблем та розв'язання конфліктів;
- залежність дитини від підтримки батьків;
- брак інших соціальних навичок та позитивних прикладів поведінки у батьків.

Збільшення агресивної поведінки серед груп однолітків призводить до збільшення кількості випадків булінгу. Дослідники відзначають, що створення груп підлітків неминуче супроводжується проявами агресії, адже таким чином між дітьми встановлюються ієрархічні стосунки, з'ясовуються статусні переваги. Тому дорослішаючи, діти сприймають агресивні дії як менш негативні. Це також пояснюється тим, що задля відчуття відокремленості від батьків підлітків приваблює та молодь, яка має характеристики незалежності (агресія, неслухняність), на відміну від тієї, яка поводить себе слухняно та поступливо [1].



Однак багато дітей здійснює булінг над однолітками для того, щоб продовжувати залишатися в групі, а це досить часто суперечить їхнім внутрішнім мотивам. Такі «призи» булінгу, як підвищення статусу серед однолітків, аплодисменти, сміх, схвалення, тільки підбурюють та заохочують учасників булінгу до наступної подібної поведінки.

Чинниками підвищеного ризику прояву жорстокої поведінки є досвід попередньої агресивної чи жорстокої поведінки, зазнавання у минулому фізичного чи сексуального насилля, піддавання насильству вдома чи в громаді, генетичні фактори (сімейна спадковість), вплив жорстокості в медіа (телебачення, фільми, інтернет), вживання наркотиків або алкоголю, наявність вогнепальної зброї вдома, комбінацію стресогенних соціоекономічних факторів сім'ї, пошкодження мозку тощо [36].

Достатньо сильно на дітей впливають засоби мережі Інтернет та масової інформації. Телебачення, де часто показують жорстокі фільми та насильство, має дуже серйозний вплив на формування ціннісної системи та поведінки дитини.

Вплив шкільного середовища вважається дуже важливим у створенні умов для здійснення чи припинення булінгу в школах. Ставлення адміністрації, вчителів до стосунків показує їхнє прийняття чи неприйняття певних моделей поведінки дітей. Як говорилося раніше, багато вчителів ігнорує булінг, а тому кривдник не отримує відповідного покарання за свої дії, що продовжує цикли насильства. Брак супервізії та нагляду в місцях підвищеної небезпеки в межах шкільної території «розв'язує» руки кривднику.

Через відсутність певних покарань та санкцій за булінг у дітей відбувається злам внутрішнього контролю, пригнічуються відчуття провини, перебільшуються негативні властивості жертви та позитивні — кривдника. Це приводить до таких змін світосприйняття, які підсилюють стереотипи, упередження та дискримінацію.

Низька шкільна успішність через вплив на самооцінку також є одним із факторів ризику проявів насильства. Як свідчать дослідження, позитивні



оцінки з різних предметів пов'язані з більш високою самооцінкою. Для хлопчиків шкільна успішність не настільки значуща і меншою мірою впливає на самооцінку. Для них важливіший успіх у спорті, позашкільних заходах, походах та інших видах діяльності. Невстигаючі дівчатка мають більший ризик прояву агресії щодо однолітків, ніж хлопчики з поганою успішністю.

Таким чином, дослідники розрізняють передумови булінгу, які спричиняють агресивну поведінку в дітей. Вони виходять з поділу таких факторів ризику на особистісні, сімейні, групові, шкільного середовища, громади чи району та культурні. Їхнє поєднання дає складний індивідуальний набір чинників, що детермінують булінг.

### 1.3. Особливості соціальної структури явища булінгу

У сучасній науці існує декілька підходів до вивчення булінгу. Одні дослідники зосереджують увагу на пошуку й визначенні особистісних рис, характерних для особи булі та його жертви. Інші намагаються розглядати боулінг як соціально-психологічний процес.

Під час вивчення проблеми шкільного насильства нашу увагу привернули наукові погляди Д. Ольвеуса. Вчений визначив цикл насильства (англ. Bullying circle) як певний сценарій систематично повторювальних репресій, кожний чинник якого має свої соціальні ролі:

- жертва – учень, що є об'єктом репресій та погроз;
- агресори – переслідувачі, які систематично протягом тривалого часу здійснюють насильницькі дії щодо жертви;
- прибічники, спостерігачі – учні не є ініціаторами насильства, але своєю байдужою позицією стають залежними від напруженої ситуації;
- пасивні прибічники – учні, які пасивно підтримують третирування;
- сторонні спостерігачі – учні, які керуються принципом «не моя справа» (український варіант – «моя хата – з краю»);
- вірогідний захисник – учні, які не підтримують агресорів, але нічого не роблять, щоб захистити жертву;

- захисник жертви – учні намагаються допомогти учневі-жертві [45, 46].

Соціальна структура булінгу, як правило, має три елементи, а саме: переслідувач, жертва, спостерігач.

Причини прояви насильства і агресії вважаються загальновідомими: бажання домінувати і підвищений рівень загальної агресивності. Особистість і мотиви «кривдника» визначені чітко і однозначно, чого не можна сказати про опис особистості «жертви».

Індивідуально-психологічні особливості «жертв» булінга. Досі немає єдиного загальноприйнятого набору індивідуально-психологічних характеристик особистості жертви. Д. Ольвеус виділяє два типи: агресивні жертви і покірні жертви.

Згідно Д. Ольвеусом, покірні жертви тривожніші і більш невпевнені, чим інші учні, і проявляють тенденцію бути обережнішими, сензитивними, схильними до відходу в себе [25]. Типова реакція на булінг полягає не в тому, щоб чинити опір, а в тому, щоб спробувати уникнути мучителів.

Агресивні жертви описуються надагресивними і емоційно нестабільними. У ситуації булінга вони характеризуються комбінацією з тривожних і агресивних реакцій, легко дратуються і впадають в стан гніву, піддаються провокаціям. У агресивних жертв є загальні риси як з кривдниками, так і з покірними жертвами. Вони агресивні, як кривдники, але не використовують агресію як інструмент для досягнення мети.

Таблиця 1.1.

**Осзовні характеристики «жертв» і «кривдників» булінга в освітньому середовищі**

Учасники булінга	Характеристики
«Жертви»	Соціальна відчуженість, здатність відсторонятися від конфліктів, сензитивність, замкнутість, соромливість, соматична ослабленість, тривожність, схильність до депресії, занижена самооцінка, невпевненість в собі,

	переважання неконструктивних стратегій подолання, понижена учбова мотивація, соціальні проблеми (хвалькуватість, ігнорування), обережність в спілкуванні, відхід в себе (ескапізм), уникнення кривдників, негативне самовідношення, низький/високий рівень агресії, знижене почуття власної гідності, низька міра соціальної підтримки.
«Кривдники»	Висока загальна агресивність, позитивне відношення до агресії, недостатня емпатія, велика потреба в домінуванні, успішність і самовпевненість, позитивне самовідношення, відносно високий соціометричний статус.

З таблиці видно, що наявності соціальних проблем у «жертви» протиставляється відносно високий соціометричний статус у «кривдника», негативне самовідношення - позитивному у кривдників, сензитивності - недостатня емпатія. Створюється враження двох полюсів, на одному знаходиться - «жертва», на іншому «кривдник».

Аналіз таблиці показує, що дослідженню психологічних особливостей «жертв» булінга було приділено значно більше уваги, чим дослідженню «кривдників»: характеристика «жертви» - довга і неоднозначна, а «кривдника» - коротка і чітка [45]. Проте, за недовгий час вивчення булінга, набір психологічних особливостей «кривдників» стає все більш і більш об'ємним завдяки незалежним дослідженням зарубіжних вчених психологів.

Індивідуально-психологічних особливостей «кривдників». У своїх дослідженнях, Казан вказує на схильність до булінгу дітей у яких складний характер поєднується з негативними батьківськими установками і практикам вихованням [50, 51]. Стефенсон і Сміт підкріпили це положення результатами власного дослідження.

У своїх дослідженнях, присвячених цькуванню, прогулам школи і шкільному хуліганству, Д. Лейн вказує на роль особових, сімейних і шкільних чинників [18]. Серед виділених їм чинників Д. Лейн відмічає такий чинник, як

«улюблений стиль поведінки». Особові особливості накладають сильний відбиток на стиль поведінки. Зокрема, особи, що характеризують себе як обачливих, стійких екстравертів, мають підвищену схильність до діяльності, пов'язаної з насильством.

У своїй знаменитій книзі «Булінг в школі: що ми знаємо і що ми можемо зробити?» (1993) норвезький психолог Д. Ольвеус таким чином визначає типові риси учнів, схильних до булінгу [46]:

- Вони відчують сильну потребу панувати і підпорядковувати собі інших учнів, дістаючись таким шляхом своїх цілей.
- Вони імпульсивні і легко шаленіють.
- Вони часто зухвало і агресивно поведуться стосово дорослих, включаючи батьків і учителів.
- Вони не відчують співчуття до своїх жертв.
- Якщо це хлопчики, вони зазвичай фізично сильніші за інших хлопчиків.

На особовому рівні «класичні» булли відрізняються підвищеною агресивністю, слабким самоконтролем за своїми імпульсами і високою терпимістю до агресивної поведінки як такої. Іноді за цим стоять природжені генетичні або гормональні особливості, наприклад, підвищений рівень «чоловічого» гормону тестостерона.

Серед учених довгий час існувала думка, що за «крутизною» і агресивністю «кривдників» часто ховаються тривожні і невпевнені в собі індивіди, яким булінг дозволяє приховувати і компенсувати свою знижену самоповагу. Проте, як показують спеціальні дослідження, з використанням проєктивних тестів і гормональних вимірів, такі випадки рідкісні. Як правило, типовий «кривдник» не страждає зниженою самоповагою і досить упевнений в собі. «Кривдники» застосовують силу не спонтанно, у зв'язку із звичайними дитячими конфліктами, а свідомо, залишаючись емоційно спокійними і байдужими. При цьому вони часто не зустрічають опору, оскільки діти, які частіше за інших піддаються булінгу, відрізняються соціальною відчуженістю,

схильністю ухилятися від конфліктів, або, навпаки, підвищеною агресивністю. Тим самим «кривдники» і їх жертви як би доповнюють один одного, між ними складаються специфічні парні стосунки, які розгортаються в системі дитячих внутрішньогрупових взаємовідносин.

Не можна не відмітити наявність загальних рис між «жертвами» і «кривдниками» (рис. 1.1).

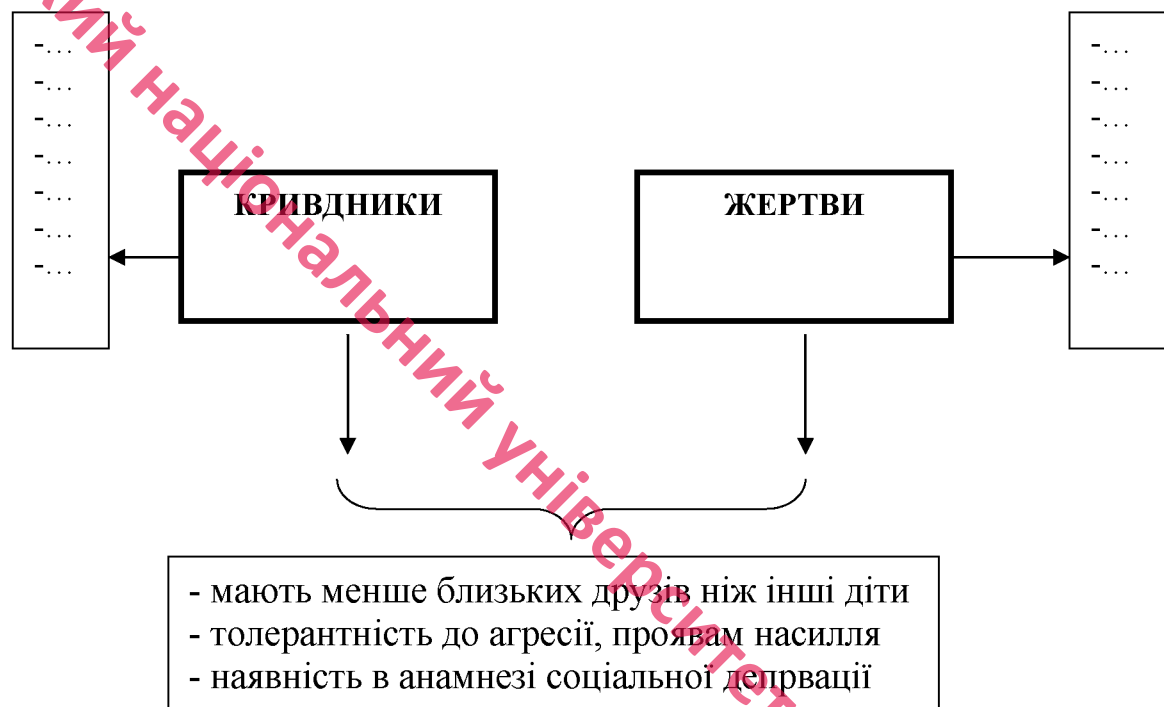


Рис. 1.1. Спільні характеристики «жертв» і «кривдників» булінгу.

У сучасній літературі також розрізняють два типи групи, у які об'єднуються кривдники [43].

1. Перший — це група друзів, які колективно поведуться так, як ніколи б не поводитися поодиноці, стосовно тих, кого вони хочуть виключити або зробити «цапом-відбувайлом». Вони усвідомлюють свій негативний вплив на потерпілого та біль, що йому завдають.

2. Другий тип — це «банда кривдників», яка є стратегічним об'єднанням задля досягнення влади, контролю, підкорення та переваги. Вступаючи в групу на початку для почуття поваги та захисту, потім учасники стають

настільки прив'язаними до групи, що нехтують власним життям та потребами, не помічають усіх наслідків браку емпатійності, почуття провини та докорів сумління.

У дослідників існує кілька припущень щодо особливостей булінгу. Зокрема визначають, що кривдники в початкових класах більш популярні та вважаються лідерами, проте після третього класу їхня агресивна поведінка винагороджується однолітками все менше і менше, і впливовими стають ті, хто не займається булінгом. Також вчені наголошують на тому, що кривдники спрямовують свою агресивну поведінку на певну кількість «мішеней», і після того, як вони дізнаються реакції своїх однолітків, ця кількість звужується, і вибір їхніх жертв стає більш постійним. Таким чином вони починають фокусуватися на тих, хто стає хронічними жертвами через свою реакцію на знущання.

Отже, на сьогодні проблема насильства в школах постає дуже гостро, що підтверджується великою кількістю відповідних досліджень, численними спробами запобігання цьому явищу, послаблення його впливу на соціальне середовище загалом та конкретних осіб зокрема, що впроваджуються у всьому світі.

Дуже часто, навіть сьогодні, агресивна насильницька поведінка тлумачиться дорослими як частина процесу нормального розвитку дитини, наслідком змагання, дитячої конкуренції та боротьби за бали в школі. Проте, за цими стосунками, що формуються між дітьми, знаходиться явище систематичного цілеспрямованого насильства, що у західній літературі визначається терміном булінг.

Наукові дослідження і досвід підтверджують, що булінг – це серйозна проблема, яка має далекосяжні наслідки для учнів, які причетні, їх родин, ровесників і найближчої громади.

Можна стверджувати, що булінг – це специфічна форма агресивної поведінки, яка може бути описана в ситуації, коли учень повторно чи постійно зазнає негативних дій з боку одної чи більше осіб. Вона має за мету завдати

шкоду, викликати страх або тривогу, або ж створити негативне середовище у школі для іншої особи. Булінг виникає у ситуації, в якій існує реальний чи уявний дисбаланс сил. Найпоширенішим видом булінга серед дітей молодшої школи є заборони та ігнорування, які є найбільш прихованою формою цькування, за яку навряд чи послідує покарання. Хлопчики частіше використовують засоби булінгу або частіше це визнають, ніж дівчата.

Причини булінгу пов'язуються як із зовнішніми факторами (ситуацією взаємодії, соціально-демографічними особливостями однокласників, поведінкою дорослих), так і з особистісними особливостями самих дітей, включених у ситуацію шкільного цькування. Деякими науковцями виділяється три основних причинних фактори булінгу: у дитини немає друзів; вона спілкується з тими, хто не може їй допомогти або захистити; вона не приймається групою однолітків. Профілактична робота щодо явища булінгу базується на вивченні та врахуванні основних сфер чинників агресії: особистість, стосунки в групі та співіснування соціумі.

## РОЗДІЛ 2. СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНА ПРОФІЛАКТИКА БУЛІНГУ В ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ

### 2.1. Особливості здійснення профілактики булінгу серед учнів початкової ланки середньої освіти

Попередження шкільного булінгу вимагає комплексного підходу, що базується на принципах гуманістичної педагогіки, і передбачає застосування соціально-педагогічних методів і методик у практичній роботі, що має проводитись комплексно з учнями, їх батьками і вчителями.

На сайті Міністерства освіти та науки України знаходимо інформацію щодо організацій, які займаються проблемою булінгу в Україні [таблиця 2.1.]

Таблиця 2.1.

Назва організації	Тематика	Можливість використувати матеріали серед дітей початкової школи
UNICEF	Інформування батьків та дітей про булінг та протидія йому	так
Жіночий конслоціум України	Попередження та подолання насильства в дитячому середовищі	частково
Український фонд «Благополуччя дітей»	Вчить дитину захищати себе	Наявні методичні матеріали та онлайн ресурси для дітей початкової школи
Міжнародний жіночий правозахисний центр «Ла Страда Україна»	Протидія насильству в сім'ї та школі	так
Docudays UA	Кампанія проти кібербулінгу	так
Громадська організація "Всеукраїнське об'єднання протидії булінгу!	Мобільний додаток для дітей проти #БУЛІНГу під назвою «My safety friends» (Мої безпечні	так



<b>Мої безпечні друзі" «My safety friends»</b>	друзі) - чат з психологом (в т.ч. анонімний)	
<b>Громадська організація "Безпечний світ"</b>	Правоосвітництво, профілактика і протидія булінгу, проведення тренінгів з дитячої безпеки	так

У контексті заявленої теми розглянемо дослідницькі проекти і програми шкільного і сімейного насильства, які за останні десятиліття проводилися в Україні. На наш погляд, науковий інтерес становить розроблена С. Максименком система пропедевтичних, діагностичних та корекційних заходів, що складається з комплексу методів діагностики і блоку корекційних тренінгів, а також описів психогігієнічних та етнопсихологічних принципів пропедевтики сімейного насильства [30].

У рамках проекту «Попередження насильства над дітьми в школі», здійснюваного всеукраїнською громадською організацією «Жіночий консорціум України», Е. Дубровською і М. Ясеновською був упорядкований навчально-методичний посібник для поширення інформації про можливості системної тренінгової роботи з дітьми, батьками та педагогами задля подолання насильства над дітьми в школі [21].

У 2019 році реалізовано проект в рамках програми Польської закордонної допомоги в Україні «Шкільна система протидії агресії та насильства: рекомендації для вчителів». Авторський колектив (Е. Дубровська, М. Ясеновська, М. Алексеєнко) провів дослідження «Насильство в школі: аналіз проблеми та допомога, якої потребують діти та вчителі у її розв'язанні».

З 2016 по 2021 роки проводився курс «Школа без агресії», учасниками якого стали 7000 дітей і підлітків зі шкіл, інтернатів, дитячих будинків, танцювальних та спортивних колективів, спортивних шкіл у віці від 8 до 15 років. До завдань програми «Школа без агресії» входили: 1) командні ігри; 2) дихальні і фізичні вправи; 3) набуття практичних навичок для подолання

агресивності, втоми і поганого настрою; 4) спілкування про загальнолюдські цінності і дружелюбність, партнерство, бажання допомагати, піклуватися один про одного [29].

Такі науковці як: Н. Зимівець, Ю. Малієнко, Т. Цюман узагальнили досвід Українського фонду «Благополуччя дітей» щодо реалізації проекту «Впровадження пілотної моделі структурної профілактики насильства щодо дітей» та опублікували інформаційно-методичні матеріали для практичних психологів, соціальних педагогів, спеціалістів соціальних служб для дітей, сім'ї та молоді. У публікації описані особливості підготовки спеціалістів до соціально-просвітницької діяльності у сфері профілактики насильства, виявлення на ранньому етапі випадків насильства та жорстокого поводження з дітьми. Представлено модель надання соціальних, психолого-педагогічних послуг у галузі структурної профілактики насильства над дітьми, розкрито механізми налагодження міжсекторальної взаємодії на прикладі діяльності районних координаційних груп [31].

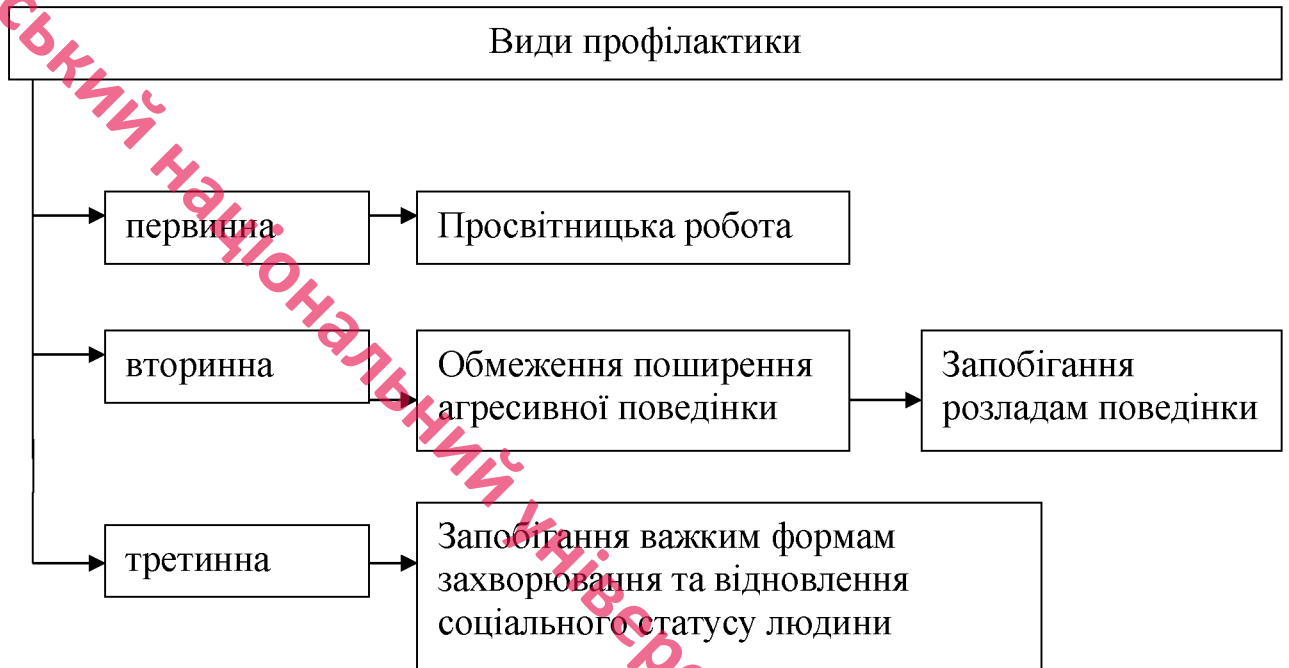
Ми вважаємо, що програму профілактики доцільно реалізовувати у двох формах: ранній та безпосередній. Рання розрахована на виявлення дітей із сукупністю особистісних якостей, що створюють передумови для формування насильницьких патернів поведінки, тобто потенційних насильників; безпосередня – стосується молодших школярів, що вже вчиняли насильницькі акти.

На нашу думку, булінг виникає тоді, коли «кривдник» проявляє агресивну поведінку. Таким чином, першопричиною булінгу є підвищена агресивність та позитивне відношення до агресії з боку дитини, яка чинить насильство по відношенню до інших.

Тому доречним буде проводити профілактику такої якості як агресивність, яка у більшій чи меншій мірі присутня у кожному підлітку, але при відсутності належного контролю з боку батьків та педагогічного колективу, може проявлятися часто і стати основною формою поведінки

підлітка. Таким чином, агресивна поведінка є основною причиною, яка породжує булінг серед підлітків.

Важливу роль в реалізації різних видів профілактики проявів агресії учнів відіграють соціальний педагог та практичний психолог. Види профілактичної роботи висвітлено в схемі (рис. 2.1.).



**Рис. 2.1. Види профілактики проявів агресії**

Види профілактики

1. Первинна профілактика (з дітьми групи низького ризику). Робота має інформаційний характер та проводиться з широким колом осіб із метою пропаганди здорового способу життя і формування в особистості неприйняття та категоричної відмови від певних форм поведінки.

2. Вторинна профілактика (з дітьми групи підвищеного ризику). Метою профілактики є обмеження поширення окремих негативних явищ, що існують у суспільстві чи соціальній групі, та зміна низько адаптованої дисфункціональної ризикованої поведінки на адаптовану форму поведінки.

3. Третинна профілактика (з дітьми групи високого ризику). Вона спрямована на запобігання переходу сформованого захворювання в його більш важку форму, наслідків у вигляді стійкої дезадаптації, на відновлення

особистісного та соціального статусу людини. Головними засобами такої профілактики є лікування, реабілітація [37, с.7].

У профілактичній роботі з дітьми із неворожою поведінкою практичний психолог та соціальний педагог проводять інформаційну роботу та навчають основних форм вираження своїх емоцій. Проводячи профілактичну роботу з дітьми, у яких спостерігається прояви ворожої агресії, спеціаліст застосовує інформаційні форми та методи діяльності. Ефективно корегувати та направляти агресивну поведінку можна лише за умови врахування обставин та причин виникнення агресивних реакцій. Це дає можливість зменшити прояв агресивних дій або перенаправити їх у безпечне русло.

Отже, позитивне підкріплення неагресивної поведінки, орієнтація людини на позитивну модель поведінки, зміна умов, що зумовлюють виникнення та прояви агресії, заохочення та похвала за досягнення – це і є способи запобігання проявам агресії.

Аналіз агресивної поведінки вимагає врахування трьох *аспектів*:

- 1) способів засвоєння подібних дій;
- 2) факторів та обставин, що провокують їх прояву;
- 3) умов, за яких вони закріплюються.

Отже, профілактична робота базується на вивченні та врахуванні основних сфер чинників агресії: особистість, стосунки в групі та співіснування соціумі (взаємовплив), що впливають на складові (рівні) агресивної поведінки. Профілактична діяльність практичного психолога навчального закладу щодо запобігання агресії підлітків складається з етапів діагностики та профілактики (первинної та вторинної), на яких реалізуються завдання роботи (просвітницькі, розвивальні корекційні) [37, с.9].

Першим кроком у роботі з профілактики агресії у дітей є вивчення стану цього явища в учнівському колективі. Надалі рекомендується провести інформаційну роботу, під час якої звернути увагу на необхідність усвідомлення дітьми своїх емоційних реакцій та вміння їх контролювати, а також на профілактику шкідливих звичок та формування вміння протистояти

негативним впливом навколишнього середовища.

Ефективність профілактичної роботи залежить від детальної діагностики:

- Особливостей агресивної поведінки (особливостей прояву, форм, рівнів; реакцій на фрустрацію) дітей та соціальної дезадаптації (рівня тривожності, особливостей адаптації);
- Причин, факторів, які негативно впливають на розвиток особистості неповнолітніх; вивчення соціального середовища (компанії однолітків, ЗМІ, агресивність та насильство дорослих).

Наступні кроки профілактики спрямовані на розвиток умінь контролювати емоції та формування навичок конструктивної взаємодії, вміння перенаправити свої емоції у безпечне русло, сприяння процесу адаптації та взаємодії дітей у колективі, розвитку особливих якостей, які допомагають у формуванні адекватної самооцінки. Досягнення поставлених завдань реалізується шляхом вибору форм та методів профілактичної роботи, які наведено в таблиці 2.1.

Таблиця 2.1.

**Методи та форми первинної та вторинної профілактики булінгу**

Методи і форми первинної профілактики	Методи і форми вторинної профілактики
Групові бесіди, диспути, семінари, круглі столи, лекції, відеолекторії, екскурсії – групова форма роботи	«Мозковий штурм», ігрові методи, тренінги (спілкування, розвитку навичок конструктивної взаємодії, самопрезентації агресивності, профілактики і конкретизації соціальних норм взаємодії, розвитку адаптації), метод «незакінчення речення», «інтерв'ю», малюнкові методи, групові та

	індивідуальні бесіди; форми роботи з подальшою демонстрацією та презентацією власних досягнень і вмінь.
--	---

Профілактична робота з дитиною, причинами агресивної поведінки якої є родинні чи біологічні чинники, повинна мати лише індивідуальну форму. Під час групової роботи з такими дітьми спеціаліст може не лише не розв'язати проблему, але й посилити прояви агресивної поведінки, не врахувавши родинні проблеми чи фізіологічні особливості дитини, неможливість вилікувати захворювання.

Однією з основних умов успішного проведення роботи та досягнення поставленої профілактичної мети є тісна співпраця всіх учасників навчально-виховного процесу (практичного психолога, соціального педагога, адміністрації закладу, класних керівників, учителів – предметників, батьків, дітей та представників державних та громадських організацій, особливо соціальних, які детально обізнані з основними проблемами локального середовища, у якому перебувають діти). Співпраця цих спеціалістів дає повну та детальну характеристику можливих осередків та причин виникнення агресивних реакцій, що дасть можливість організувати профілактичну діяльність (виховну, навчальну, позакласну, позашкільну) з неповнолітніми [37, с.11].

Такі автори як Є. Чемеровська-Коруба та К. Коруба стверджують, що основними чинниками, які мають вплив на ефективність дій, спрямованих на запобігання агресії та насильства є:

1. Відсутність достатніх знань про явища агресії і насильства – складність у тому, як їх розрізнити та визначити; відсутність узгоджених, спільних методів сприйняття й розуміння проблеми.

2. Низький рівень підготовки вчителів з огляду на їхні виховні практичні навички.

3. Проблеми внутрішньої педагогічної інтеграції та конфлікти у вчительському середовищі.

4. Здійснення швидких якихось окремих акцій, ніж довготривалих заходів.

5. Відсутність реакції на агресивну поведінку, терпимість по відношенню до нібито «незагрозливої» поведінки (наприклад, обзивання, висміювання), що таким чином набуває тенденції до зростання.

6. Непослідовність заходів, які здійснюються педагогічним колективом.

7. Відсутність командної роботи, співпраці та обміну інформацією [35].

Щоб побудувати у школі систему профілактики булінгу потрібно:

1. Отримати або поглибити основні знання про агресію та насильство, щоб досягти спільного розуміння проблем педагогічним складом і, згодом, іншими учасниками шкільного життя.

2. Провести аналіз (діагностику) наступних аспектів шкільних ситуацій:

- які форми агресії населення в нашій школі, де вони проявляються і який "портрет" жертви та агресора?

- якими засобами володіє педагогічний колектив (практичні навички вчителів, взаємодія між ними, рівень внутрішньої інтеграції)?

- який досвід вирішення подібних проблем?

3. Здобути вчителями та іншими співробітниками школи необхідні практичні уміння або збагатити навички роботи для того, щоб реагувати, діяти й допомагати.

4. Розробити чи вдосконалити формальні принципи дії системи: норми і правила, процедури, послідовність кроків, що застосовуються, засади взаємодії з батьками та учнями, спосіб обміну інформацією на тему агресивної поведінки учнів, форми подальшої просвітньої роботи і допомоги усім учасникам створеної системи.



## 2.2. Дослідження обізнаності молодших школярів з явищем булінгу у початковій школі

Метою нашого дослідження стало вивчення особливостей булінгу та його проявів у молодшому шкільному віці:

– з'ясування основних психологічних характеристик кривдників, жертв, спостерігачів – потенційних захисників агресорів чи постраждалих, на рівні потребово-мотиваційної, емоційно-вольової, комунікативної сфер особистості;

– розроблення програми профілактики шкільного насильства серед дітей молодшого шкільного віку.

Основні задачі роботи:

1. Виявити поширеність булінгу серед учнів молодших класів.
2. Аналіз взаємозв'язків основних характеристик та детермінант явища булінгу у початковій ланці середньої освіти.
3. Розробка профілактичної програми з метою попередження та подолання шкільногобулінгу.

У процесі проведення дослідження вирішено, що вибірку дослідження складуть молодші школярі 4-го класу віком 8-9 років комунального закладу загальної середньої освіти Луцький ліцей № 28 Луцької міської ради з посиленою фізичною підготовкою. Загальна кількість дітей, що брали участь в опитуванні – 30.

Для діагностики обізнаності молодших школярів з явищем булінгу та основних причин його детермінації у початковій школі ми:

- сформували та використали анкети для дітей та батьків (дод.А, Б.);
- методика діагностики показників і форм агресії, агресивної поведінки – опитувальник Є. Ільїна, П. Ковальова [ 34 ]:

Результати анкетування вказують на поширеність насильства вже серед дітей молодших класів. Схильність до шкільного насильства (анкета для дітей) виокремлено 32% потенційних кривдників, 23% потенційних жертв шкільного



насилля; інші школярі – потенційні спостерігачі, вірогідні захисники жертв чи агресорів.

Знущання, як правило, відбувається в присутності однокласників і є соціальним процесом, який має різні рівні складності. Тому в рольовій структурі шкільного насильства виокремлюють три основні позиції: кривдник, жертва та спостерігачі. Рольову позицію «кривдник» може породжувати середовище, в якому спостерігаються порушення соціальних контактів учнів, зміна внутрішньогрупових процесів.

Припускаємо, що кривдники в початкових класах популярні, а їхня агресивна поведінка підтримується та винагороджується однолітками. Такі «призи» шкільного насильства, як аплодисменти, сміх, схвалення, тільки підбурюють та заохочують до наступної подібної поведінки. Крім того, припускаємо, що аутсайтери більш схильні до віктимізації, бо факт наявності друзів, особливо таких, що захистять від кривдників, значно зменшує вірогідність стати жертвою.

Нами було використано методику Є. Ільїна, П. Ковальова та зафіксовано такі типи агресивної поведінки:

непряма фізична агресивна поведінка – 24% (псування майна жертви, результатів її праці),

пряма фізична агресивна поведінка – 28% (виражається в заподіянні фізичного болю),

непряма вербальна агресивна поведінка – 14 % (звинувачення і погрози жертві, виражені в крику, скаргах, агресивних фантазіях),

пряма вербальна агресивна поведінка – 14% (образи, спроби принизити, висміяти іншого),

пряма вербальна, фізична агресивна поведінка – 8% (словесні образи підкріплюються стусанами, штовханням, ударами в обличчя),

непряма, пряма вербальна агресивна поведінка – 8% (образи, помста, застосовуються безпосередньо чи за допомогою іншого),

непряма вербальна, фізична агресивна поведінка – 4% (за емпіричними даними опитування дітей) (рис.2.1.).

Для схильних до шкільного насильства негативним наслідком їхньої поведінки є те, що спосіб агресивної поведінки закріплюється в їхній свідомості на майбутнє, знижується почуття відповідальності за власні дії, зростає схильність до асоціальних дій.



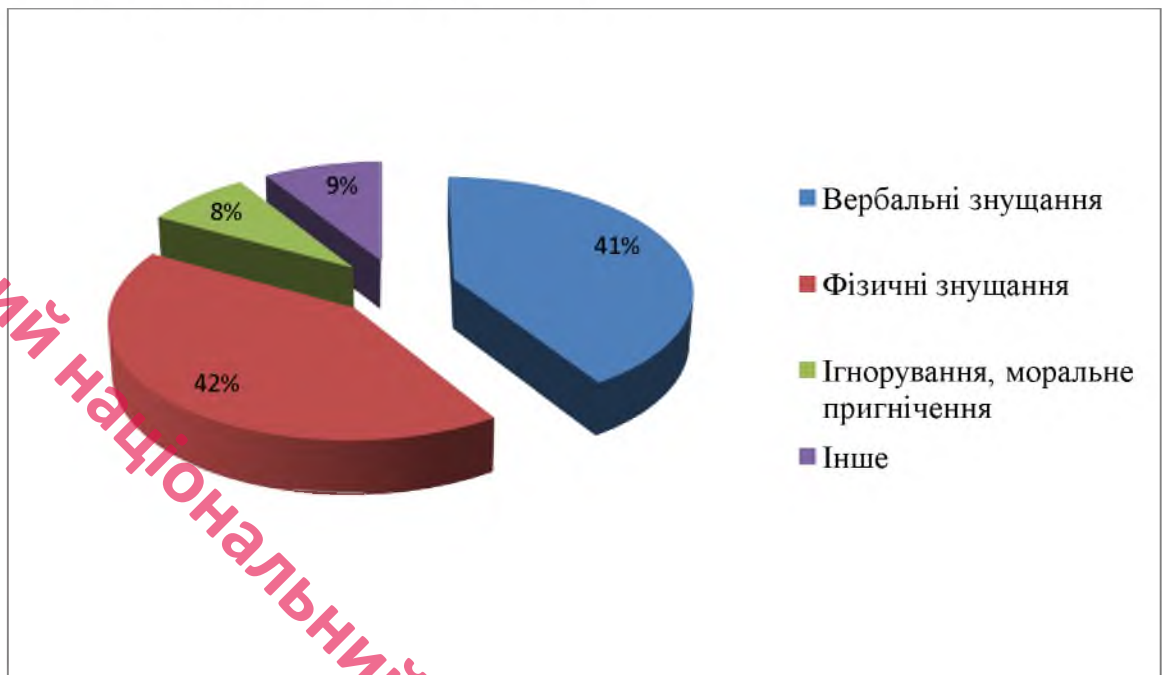
**Рис. 2.1. Типи агресивної поведінки**

За результатами дослідження ми виявили, що свідками насильства у закладі загальної середньої освіти хоча б один раз були 14 учнів. Хочемо зазначити, що реальний відсоток може бути і вищим, бо серед них є ті, що взагалі не відповіли на це запитання, або не захтіли реально правдиво відповісти з різних причин.

Щодо вживання «нехороших» слів, то найпоширенішими виявилися «дебіл» і його похідні – «придурок», «дура», «даун», «тупий». Не менш популярними є «лайливі» слова «дебіл» та «ідіот», хоча молодші школярі не розуміють їх значення. Ми беремо до уваги образливий потенціал цих слів, бо основна мета їх використання – образити, помститися, тобто зачепити за живе.

Про існування у середовищі початкових класів несправедливих звинувачень, залякування, лайки, присвоєння прізвиськ вказали говорять і

результати анкетування дітей – 12 (41%) відповідно. Про застосування ударів кулаком, ногами, побиття, навмисне нанесення тілесних травм та пошкоджень зазначили 14 (42%) респондентів (рис. 2.2).



**Рис. 2.2. Розповсюдження насильства серед молодших школярів**

Аналіз поширеності різних форм насильства серед учнів молодшої школи виявив, що дітьми використовуються заборони та ігнорування, які є невербальної (прихованою) формою цькування. Таким чином, зрозуміло, що школа повинна докладати всіх зусиль у боротьбі з цією звичкою, натомість, бачимо, що учні, не позбуваються її, а навпаки, навчаються й технічно вдосконалюють.

Ми виявили, що усі види насильства викликають обурення, ненависть, образу, приниження, роздратування, збентеженість, засмучення, ворожість, лють, тобто детермінують негативні емоції. В окремих респондентів – 3 (10%) осіб – виникає бажання помститися, «дати здачу», «дати в голову», «побити у відповідь». Разом з тим, 7 (23%) школярів не дали відповіді на запитання, що стосуються їх переживань. Припускаємо, що вони ніколи не ображаються або не вміють не хочуть висловитися про свої емоції.

За результатами анкетування дітей, з'ясовано, що діти молодшого шкільного віку доволі часто потрапляють в агресивні ситуації. Вони думають, що словесне та фізичне насильство виникає через роздратованість, невдачі, злість, заздрощі, ревності, невміння мирно домовитись або взагалі без причини. Зазвичай діти таким чином відповідають на систематичні образи і приниження.

Результати опитування показали, що 8 (22%) учнів початкової школи розуміють явище насильства як небезпечні дії однієї людини (групи людей) стосовно іншої. До них відносяться: штовхання, побої, окремі удари, ляпаси, копняки, укуси, дряпання, викручування рук, висмикування волосся, смикання за вуха тощо. Як бачимо, значна частина дітей розрізняє тільки один його вид – фізичне насильство. Тоді як 3 (10 %) молодших школярів розглядають насильство як дії, заподіяні через вербальну агресію (словесні образи, некоректні висловлювання, чутки, клеми, прізвиська, погрожування). За висловлюваннями учнів, насильством можуть бути всі слова, якими можна образити іншу людину, завдати їй душевного болю, «вразити просто в серце».

3 (10%) респондентів вважають насильством і фізичні покарання, і вербальну агресію. Приблизно половина дітей – 16 (52%) більш розлого визначають це поняття, вказуючи на поведінку людини з низьким рівнем культури, людини жорстокої та злої, агресивної та невихованої. При цьому зазначають, що це може бути виключення з групи (ігнорування, ізолювання, зневажання), коли підбурюють проти інших учнів.

Деякі учні вказують, що насильством є окремі форми економічного насильства: псування чи крадіжка речей, відбирання їжі, вимагання грошей чи відбирання цінних речей. Водночас 2 (8%) школярів не дали визначення цієї дефініції.

Порівняння сили виховного впливу вербального і фізичного покарань дозволяє зробити припущення про те, що застосування слів є дієвим методом регулювання поведінки, ніж фізичне покарання, а часом і сильнішим. Так, 12

(30%) учневі легше пережити глузування, висміювання, ображання, осоромлення; тоді як 2 (8%) школярів, навпаки, – коли їх боляче лупцювали. Проте, на запитання «Коли ти погано поводишся і вчитель робить тобі грубе й образливе зауваження, чи стимулює це твою навчальну діяльність, чи змінює поведінку на краще?» отримали наступні відповіді молодших школярів: «так» – 13 (46%); «ні» – 2 (7%); «іноді» – 3 (10%); решта респондентів утримались або не знають/не хочуть відповідати.

Наведені дані свідчать про те, що школа є одним із місць, де діти зустрічаються із насильством досить часто, а відповідно — школі необхідні додаткові дії, покликані не тільки допомогти дітям захиститися від насильства, а й створити на базі школи безпечний для дітей та вільний від насильства простір.

Отже, у ході дослідження ми отримали різні, проте цікаві погляди вчителів на феномен шкільного насильства. На нашу думку, це свідчить не тільки про інтерес до даної проблеми, а й про наявність бажання протидіяти шкільному насильству, набувати навичок ефективної взаємодії з школярами. Виявлена позиція педагогів дає підстави для висновку про готовність частини опитаних взяти на себе відповідальність за те, що відбувається у школі. Цей факт дасть змогу не тільки визначити зону відповідальності дорослих, а й напрацювати алгоритм реагування у випадках прояву насильства між дітьми в школі.

Дотримання принципу залучення найближчого соціального оточення до дослідження зумовило необхідність організації заходів для батьків. З цією метою ми провели анкетування під час батьківських зборів, залучивши 23 батьків.

Варто зазначити, що під час роботи з батьками ми зіткнулися з деякими труднощами, зокрема неможливістю проведення широкомасштабних заходів та обмеженим зворотним зв'язком. Проте основна мета нашої зустрічі була досягнута – ми привернули увагу батьків до проблем шкільного навчання та сприяли підвищенню їхньої психолого-педагогічної обізнаності щодо

Основні завдання, які ми вирішували:

- забезпечення підтримки батьків у питаннях особистісного, соціального та виховного плану;
- активізація виховної функції сім'ї через залучення батьків до отримання знань, умінь та навичок, істотних для розуміння своєї ролі у вихованні дітей молодшого шкільного віку;
- встановлення та розвиток відносин на основі взаєморозуміння, взаємоповаги та взаємодопомоги між старшими і молодшими членами сімей.

На батьківських зборах ми провели анкетування, щоб дослідити такі питання:

- рівень усвідомлення проблеми агресивності, розуміння феномену насильства над дітьми, найбільш поширені форми насильства, місця, де діти частіше стикаються з насильством, розвиток насильства в школі, частота випадків насильства щодо дітей у школі, особливості його проявів; наявність дітей-агресорів; зацікавленість батьків в участі в психопрофілактичних заходах та наданні допомоги дітям для попередження шкільного навчання

Коротко про основні результати опитування: багатьох батьків (19 (84%) підтвердили існування проблем шкільного навчання в навчальному закладі, який відвідує їхню дитину. Лише 3 (9%) опитаних зазначили, що навчання в школі немає. 2 (7%) респондентів вважають, що насильство та агресія є характерними для сучасного суспільства та допомагають у майбутній реалізації.

Щодо питання, чи була їхня дитина учасником шкільного навчання, 17 (75%) батьків заперечують це, тоді як решта не виключають такої можливості. Аналізуючи відповіді, слід зазначити, що навіть у сім'ях з довірливими відносинами між батьками та дітьми, батьки уникають звернень соціально важливих і гострих тем про прояви ворожості та населення у повсюдному житті, зокрема, на вулиці,

Аналізуючи відповіді, зазначимо, що навіть у тих сім'ях, в яких переважають довірливі стосунки з дітьми, батьки уникають обговорення соціально важливих і гострих тем про прояви ворожості і насильства в повсякденному житті, зокрема, на вулиці, в школі, чи в класі.

У відповідях батьки наводили власні прийоми покарання дітей: сварять 11 (47%), лупцюють 6 (28%), сварять і лупцюють 2. Серед інших – заборони, залякування, приниження, ігнорування дитини 4 (15%). Припускаємо, що ці форми агресії батьки застосовуються тоді, коли самі слабо контролюють свою поведінку, або не знають інших цивілізованих способів виховного впливу на дитину. Нелогічність вчинку і неконгруентність між діями доводилося спостерігати у поведінці мами, яка даючи ляпас дитині за побиття однокласника, повчала, що битися недобре.

Навряд чи дитина зрозуміє, що агресія не кращий спосіб встановлення зв'язків зі світом, бо саме так чинять її ж батьки (рис. 2.3.).



**Рис. 2.3. Відповіді батьків щодо методів покарання**

Аналізуючи ставлення вчителів до молодших школярів 9 (37%) батьків зазначили, що вчитель інколи вживає образи та принижує дітей. Типовими учительськими образами є «дурень», «телепень», «неук», «тупий»,



«ненормальний». Щоправда, були й такі батьки, котрі визнали, що педагоги не ображають їхніх дітей. Загалом, результати анкетування батьків підтверджуються результатами анкетування молодших школярів та вчителів, які так само зазначають про існування вербальної агресії в освітньому середовищі з боку вчителя.

Близько половини опитаних 11 (47%) вказали, що діти вчаться агресивній поведінці на вулиці. 4 (18%) батьків зауважили, що насильницькій поведінці діти можуть навчитися у школі. 2(10%) респондентів підкреслили, що дану модель поведінки можна перейняти у сім'ї. 8 (15%) батьків вказали на інші джерела – Інтернет, ігри, відео, телебачення (рис. 2.4.).



**Рис. 2.4. Відповіді батьків, щодо джерел агресивної поведінки дітей.**

Підсумовуючи вищевикладене, можна зробити висновок, що опитування виявило характерні прояви вербального та фізичного насильства та його високий рівень поширеності серед учнів початкових класів. Насильство в школі досить часто пов'язане бажанням демонстрації дорослості та приналежності до референтної групи. У школі діти часто стикаються з колективними образами, ярликами, іменами тощо. Батьки і вчителі застосовують фізичне та словесне насильство з виховною ціллю та для



розрядки негативних власних емоцій, викликаних неслухняністю та неприйнятністю.

Продовжуючи аналіз на основі результатів анкетування, можна відзначити, що насильство у шкільному середовищі часто виправдовується як «нормальне» чи «невелике» відхилення, що не потребує серйозної уваги. Проте це впливає на психічне здоров'я дітей і може привести до серії негативних наслідків. Дослідження показало, що значна частина учасників опитування вважає насильницьку поведінку за допустимий засіб виховання, що погіршує формування негативного соціального клімату в школі. Водночас, виявлено, що навіть у разі, коли батьки або вчителі розпізнають проблему, вони часто не володіють необхідними знаннями та стратегіями для ефективної вирішення проблеми.

### **2.3 Програма профілактики булінгу в умовах початкової ланки середньої освіти та рекомендації щодо її ефективної реалізації**

Добираючи форми та методи роботи з учнями, батьками щодо профілактики булінгу в освітньому середовищі, науковці рекомендують враховувати наступне [19]:

1) вчителі початкових класів працюють з учнями, які вже отримали первинну соціалізацію (в сім'ї та в дошкільних закладах) до того, як почали відвідувати школу;

2) сучасна дитина набуває знання про моделі агресивної поведінки з різних джерел (сім'я, спілкування з однолітками, засоби масової інформації, відео – та комп'ютерні ігри, Інтернет тощо);

3) дитина з віктимною поведінкою (потенційна жертва) потребує адекватного ставлення з боку всіх суб'єктів навчально-виховного процесу без застосування до неї засобів жорстокого поводження чи насильства;

4) ефективність профілактичної роботи щодо запобігання булінгу в учнівському середовищі залежить від своєчасного виявлення фактів агресивної поведінки або ризику її виникнення, систематичності здійснення корекційної роботи, а також налагодження тісної співпраці з цього питання між усіма суб'єктами навчально-виховного процесу.

На основі вивчення чинників шкільного насильства у середовищі учнів початкових класів було визначено завдання профілактичної діяльності, спрямованої на актуалізацію особистісного потенціалу молодших школярів з метою зниження й запобігання проявів деструктивної (в т.ч. агресивно-насильницької) поведінки. До таких напрямків відносяться:

1. Усунення недоліків сімейного виховання (найважливіший чинник профілактики шкільного насильства).

2. Формування адекватної самооцінки. Будь-які відхилення у адекватності самооцінки є опосередкованим визнанням власної неповноцінності. У ситуаціях загрози самооцінці, позитивного ставлення до себе, елементам самоповаги учень чинитиме насильство щодо іншого, це діятиме як захисний механізм збереження власної значущості; іншою лінією розвитку може бути так, що учень перебуватиме у ролі жертви.

3. Розвиток комунікативних навичок. Мовний розвиток – процес, пов'язаний із психічним розвитком, розвитком практичної діяльності, соціальних форм поведінки.

**Мета програми** полягає у профілактиці та мінімізації негативних наслідків прояву булінгу у середовищі дітуй початкової школи шляхом залучення учнів до колективної діяльності через організацію дозвілля на базі закладу загальної середньої освіти .

**Завдання програми профілактики булінгу в початковій школі:**

- виявити та сформувати групу учнів, схильних до булінгу;
- навчити школярів конструктивних форм поведінки та основ комунікації, соціально прийнятих форм вираження гніву, технік контролю над негативними емоційними станами;

- сформувати навички адекватної самооцінки й самоконтролю;
- сформувати в учнів зразки соціально схваленої поведінки шляхом заохочення їх до спільної діяльності (табл.2.2.).

Таблиця. 2.2

**Програма профілактики шкільного булінгу в учнів  
початкових класів**

<b>Об'єкти впливу:</b>	батьки діти вчителі
<b>Форми роботи:</b>	виховні заходи, ігри, інтерактивні заняття консультивання дітей і батьків, корекційні заняття
<b>Методи роботи:</b>	рольові ігри, арт-терапія, казкотерапія, психогімнастика, групові дискусії, релаксаційні методи, інформаційні повідомлення, метод мозкового штурму
<b>Результат:</b>	зменшення та попередження випадків шкільного насильства

Первинна профілактика, на наше переконання повинна проводитися з молодшими школярами і включати проведення у школі інформаційної рекламної кампанії, створення інформаційного куточка з методичною літературою, телефоном довіри, буклетами.

Проблему насильства над дітьми та можливостей її розв'язання варто періодично обговорювати на батьківських зборах, презентуючи сучасні онлайн-ресурси з метою підвищення рівня їх поінформованості. Спеціально організована робота з батьками та педагогами має бути орієнтована на створення умов для відпрацювання дорослими навичок ефективної взаємодії та спілкування з дітьми без насильства, агресії, конфлікту за принципом «не карати, а домовлятися», що є запорукою виховання гармонійно розвиненої, зрілої й відповідальної особистості.

Мета вторинної профілактики шкільного насильства серед молодших школярів – формування адекватної самооцінки, конструктивного міжособистісного спілкування, навичок саморегуляції, зменшення проявів

агресії та тривожності у школярів, що в комплексі сприятиме профілактиці шкільного насильства.

Програма профілактики булінгу у початковій ланці середньої освіти, яку ми пропонуємо складається з декількох етапів та містить наступні складові:

1. Першопочатковим етапом програми, на наше переконання, є виявлення та сформування групи учнів зі схильністю до булінгу.

- проведення анкетування за допомогою анкети для учнів;

2. Другим етапом пропонується формування навичок адекватної самооцінки й самоконтролю.

- використання вправ на розвиток саморегуляції та самоконтролю («Дихай і думай красиво», «Опануй себе», «Скинь утому», «Сонячний зайчик»);

- малюнкові завдання («Малюємо настрій музики», «Малюємо себе», «Мої друзі»);

- танцювально – рухові вправи («Зобрази тварину, предмет, емоцію») (Додаток Б).

Паралельно пропонується здійснювати роботу з батьками: анкетування батьків на батьківських зборах з проблематики булінгу за допомогою анкети для батьків.

3. Наступним етапом пропонується навчання школярів конструктивних форм поведінки та основ комунікації, соціально прийнятих форм вираження гніву, технік контролю над негативними емоційними станами:

- проведення з обраними учнями вправ на розвиток комунікативних навичок («Зіпсований телефон», «Автобус»); (дод. Г)

4. Останнім етапом програми профілактики пропонуємо формування уявлення про співробітництво, допомогти дітям усвідомити необхідність визнання і поваги до прав інших людей, розвивати навички конструктивного спілкування і взаємодії.

- проведення тренінгового заняття «Моя сім'я – моя родина»;

- проведення заняття «Школа у якій я навчаюсь»;
- проведення заняття «Я і мій учитель»;
- участь та організація у спортивних змаганнях дітей та батьків «Козацькі забави».

Реалізацію програми пропонуємо здійснювати протягом усього навчального року, проводячи у контексті виховних занять класоводів.

Тривалість 45 хв., 1 раз на місяць, протягом 8 місяців (табл. 2.3.)

**Таблиця. 2.3.**

Термін	Опис заходів	Відповідальні
Вересень	1. Спільне створення інформаційного куточка «Школа без насилля» 2. Проведення методик на виявлення учнів з агресивною поведінкою: 1. Анкетування учнів за допомогою анкети для учнів	соціальний педагог; класовод; психолог.
Жовтень	1. Презентація на батьківських зборах інформаційного куточка, поширення покликань на відповідні онлайн ресурси. 2. Анкетування батьків на батьківських зборах з проблематики булінгу за допомогою анкети для батьків. 3. Формування навичок адекватної самооцінки й самоконтролю шляхом використання вправ: «Дихай і думай красиво», «Опануй себе», «Скинь утому», «Сонячний зайчик».	- класовод.
Листопад	1. Продовження формування навичок адекватної самооцінки й самоконтролю шляхом використання: - малюнкових завдань (Малюємо настрої музики», «Малюємо себе», «Мої друзі»);	класовод; соціальний педагог

Грудень	<p>1. Навчання школярів конструктивних форм поведінки, соціально прийнятих форм вираження гніву, технік контролю над негативними емоційними станами:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведення з обраними учнями вправ на розвиток комунікативних навичок («Зіпсований телефон», «Автобус»);</li> </ul> <p>2. Проведення тренінгу для батьків «Ми та наші діти - особливості взаємодії»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- вправа «Моя дитина»;</li> <li>- вправа «Що таке діти для батьків»;</li> <li>- дискусія «Як тебе карати?»;</li> </ul>	<p>класовод; соціальний педагог</p>
Лютий	<p>Формування уявлення про співробітництво, допомогти дітям усвідомити необхідність визнання і поваги до прав інших людей, розвивати навички конструктивного спілкування і взаємодії у сім'ї.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведення тренінгового заняття «Моя сім'я - моя родина»</li> <li>- вправа «Вірно-невірно»;</li> <li>- вправа «Крок-раз»</li> </ul>	<p>соціальний педагог; педагог-організатор;</p>
Березень-Квітень	<p>Формування уявлення про співробітництво, допомогти дітям усвідомити необхідність визнання і поваги до прав інших людей, розвивати навички конструктивного спілкування і взаємодії в колективі:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- презентація дитячих проєктів «Чим цікава моя школа»;</li> <li>- проведення заняття «Я захоплююсь своїм учителем, тому що...»;</li> </ul>	<p>соціальний педагог; класовод психолог.</p>
Травень	<p>Моделювання ситуацій, що викликають відчуття самоцінності та причетності до колективу:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- організація та участь у тематичних флешмобах до Дня захисту прав дітей.</li> <li>- участь та організація у спортивних змаганнях з бітьками «Козацькі забави».</li> </ul>	<p>класовод; соціальний педагог; вчитель фізичної культури.</p>

Отже, створюючи програму профілактики булінку, хочемо висловити деякі міркування з приводу рекомендацій щодо успішного її впровадження.

Враховуючи те, що цькування носить груповий та масовий характер, то і його подолання має носити комплексний характер. Тобто включати у себе не лише роботу з окремими дітьми (або – виключно з жертвами та кривдниками), але й – з колективами та суспільством у цілому – первинна профілактика, що носить масовий характер та охоплює усіх учасників.

У процесі подолання шкільного насилля важливим є й урахування вікових особливостей під час подолання булінгу. Так, для молодших дітей більшу роль відіграють батьки, то відповідно – і основне завдання – це робота з батьками та батьків з дітьми. Це не означає те, що інші підходи не спрацьовують. Це лише говорить про те, який з механізмів є ефективнішим для того чи іншого віку.

Проаналізувавши результати проведеного дослідження шкільного булінгу в учнів початкової класів, вважаємо, що будь-яка стратегія втручання в ситуацію шкільного насильства повинна бути спрямована на процес в цілому. При цьому треба враховувати, що ефективність надання соціально-педагогічної допомоги значно підвищиться, якщо класоводи та соціальні педагоги, скористаються рекомендаціями, запропонованими далі.

Практичні рекомендації класоводам, соціальним педагогам та шкільним психологам щодо організації профілактики шкільного насильства на трьох рівнях:

1. Під час первинної профілактики працюйте з дітьми, які мають незначні емоційні, поведінкові та навчальні розлади. Проведіть у школі інформаційні кампанії, фотоконкурси, конкурси проєктів. Створіть інформаційний куточок з методичною літературою, телефоном довіри, буклетами та онлайн ресурсами. Обговоріть проблему насильства над дітьми та можливостей її розв'язання під час зустрічей з вчителями, батьками, а також розповсюджуйте корисні покликання з метою підвищення рівня їх поінформованості. Створіть умови для відпрацювання дорослими (батьками, вчителями) навичок ефективної взаємодії та спілкування з дітьми без насильства, агресії, конфлікту за принципом «не карати, а домовлятися», що є



запорукою виховання гармонійно розвиненої, зрілої й відповідальної особистості. Крім того, ознайомте батьків та вчителів з основними положеннями нормативних документів про попередження насильства щодо дітей, права та обов'язки батьків та адміністративною відповідальністю.

2. На другому рівні визначте та працюйте з так званою «групою ризику», тобто дітьми, у яких уже мають місце певні поведінкові проблеми (з потенційними кривдниками, жертвами). Групи формуйте невеликі, по 3-10 осіб у кожній. Як форму роботи з дітьми, схильними до цькування інших, використовуйте тренінги з розвитку соціальних навичок, індивідуального виявлення та призупинення проявів агресивної поведінки, формування та розвитку загальнолюдських моральних цінностей. Залучайте дітей молодшого шкільного віку – потенційних учасників шкільного насильства до занять з психологом (відпрацювання конструктивних способів поведінки у складних ситуаціях, засвоєння прийомів подолання хвилювання, тривожності, впевненості у собі, розвиток самооцінки та ін.).

3. На третьому рівні профілактики зосередьтеся на дітях з яскраво вираженими навчальними, поведінковими, особистісними проблемами. Головне ваше завдання – корекція або подолання серйозних психологічних труднощів у дітей (кривдників, жертв, спостерігачів).

На думку більшості дослідників, у тому числі й міжнародних організацій, таких як ВООЗ та ЮНІСЕФ, є однією з ключових для подолання насилля серед дітей є робота зі спостерігачами. Робота з такими дітьми має включати наступні пункти:

1. Моніторинг самооцінки дітей. Зміна самооцінки у бік зниження може змусити дітей прийняти норми, нав'язані агресором, зокрема – насильницькі при вирішенні проблем в класі чи групі.

2. Усвідомлення ролі кожного учня у формуванні загальної атмосфери в класі. Діти повинні розуміти, що вони не зобов'язані приєднуватися до процесу знущання.



3. Формування культури втручання в ситуації насилля. Діти повинні адекватно оцінювати загрози і вміти втручатися по-різному: від прямого розборонення під час фізичного насилля до опосередкованих дій, як-від звернення до відповіді.

4. Пояснення класу (групи) сутності булінгу. Важливо, щоб діти зрозуміли різницю між жартом і психологічним терором.

5. Розвиток і закріплення у дітей (особливо спостерігачів) упевненості у необхідності захисту своїх та чужих кордонів. Діти повинні розуміти, що справедливість базується на інтересах у всіх групах, а не лише агресорів. Йдеться не лише про внутрішні можливості до вирішення конфліктів, але й про формування алгоритму дій: до яких служб звертаються у випадку насилля.

6. Створення безпечного середовища в школі. Це включає забезпечення відкритої комунікації між учнями, вчителями та батьками. Діти повинні знати, що вони можуть звернутися за допомогою до дорослих у будь-який момент і що їхні проблеми будуть вважатися серйозними.

7. Підтримка позитивного поведінкового моделювання. Вчителі та інші дорослі в школі повинні демонструвати приклади поваги, емпатії та конструктивного вирішення конфліктів. Це допоможе дітям зрозуміти, як поводитися в конфліктних ситуаціях.

8. Проведення тренінгів і семінарів для вчителів. Підвищення кваліфікації вчителів з питань булінгу. Вчителі повинні бути озброєні знаннями та сучасними інструментами для боротьби з насиллям.

9. Залучення батьків до антибулінгових програм. Інформування батьків про проблему булінгу, його ознаки та способи допомоги дітям є великим кроком у спільній роботі школи та сім'ї захисту дітей. Батьки повинні брати активну участь у розв'язанні проблеми, співпрацюючи зі школою.

10. Регулярні опитування серед учнів, батьків та вчителів на вивчення рівня булінгу в школі та ефективність застосовуваних заходів. Це дозволяє вчасно вносити корективи та вдосконалювати стратегії боротьби з цим явищем.

11. Посилення цінностей сім'ї. Сім'я не лише має виступати базовим елементом суспільства, - вона має виступати основною одиницею національної ідеї Української держави, тобто формування серед батьків відповідальності за майбутнє своєї дитини, яке вимірюється не лише матеріальними здобутками. Батьки мають розуміти, що їх основна функція – не лише самоствердження у цьому світі, але й формування наступного покоління. Тому, важливо прививати «увагу до дітей». Сімейне виховання має заохочуватись і шляхом налагодження тісної співпраці «школа-батьки».

12. Робота із онлайн ресурсами, медійним простором та засобами масової інформації, які можуть активно популяризувати політику антибулінгу. Отже, у молодшому шкільному віці закладаються основні стереотипи поведінки.

Розроблена програма має на меті сформувати конструктивні поведінкові моделі у молодших школярів; адекватну самооцінку; навички ефективного міжособистісного спілкування й саморегуляції; зменшенню проявів агресії та тривожності у школярів, що в комплексі запобігатиме появі такого негативного соціального явища як булінг. Впровадження програми на практиці пропонується втілюватися в таких формах педагогічної роботи: виховні заходи, тренінг для дітей, тренінг-семінари для батьків, активне соціально-психологічне навчання вчителів, психологічне консультування дітей і батьків, рольові ігри, арт-терапія, казкотерапія, групові дискусії, релаксація, інформаційні повідомлення, «мозковий штурм». У цілому вбачаємо завдяки подальшому впровадженню запропонованої «Програми профілактики булінгу у початковій школі», учням молодшого шкільного віку вдасться подолати невпевненість, скоригувати негативні уявлення про себе, засвоїти конструктивні способи поведінки у конфліктних ситуаціях шкільного життя, а вчителям і батькам – навчитися долати труднощі у спілкуванні з дітьми та усувати недоліки виховання в умовах сім'ї та школи.

## ВИСНОВКИ

У сучасних умовах трансформаційних процесів у країні, особливо в реаліях війни, проблема агресивних проявів у міжособистісних взаємодіях молодших школярів стає надзвичайно актуальною. Особливого розповсюдження набувають прояви систематичної, довготривалої агресії одних учнів по відношенню до інших, коли поступово до ситуації агресії поступово залучається весь учнівський клас.

Проаналізувавши різні наукові підходи та законодавчі акти, було визначено поняття булінгу як умисне, свідоме, не пов'язане із самозахистом та не санкціоноване законодавством довготривале (або систематично повторюване) фізичне чи психологічне цькування з боку індивіда або певних людей, які мають певні переваги (фізичні, психологічні, адміністративні тощо) над жертвою, і зреалізовується здебільшого в організованих групах із певною особистою (корисливою) метою. Булінг у закладах загальної середньої освіти проявляється не лише між учнями, а й у взаєминах між учителями та учнями та навпаки.

Особливістю цього соціального явища можна вважати наявність чотирьох головних компонентів: 1) це агресивна й соціально негативна поведінка; 2) здійснюється регулярно та повторювано; 3) відбувається у стосунках, учасники яких мають неоднакову силу чи владу; 4) ця поведінка є свідомо навмисною. Найчастіше мова йде про відносини, що складаються в дитячому середовищі, але булінг нерідко практикують і дорослі, що може бути зразком вирішення проблем для дітей, які безпосередньо можуть наслідувати таку поведінку. Специфічність булінгу на відміну від інших форм агресії полягає у відсутності причин для конфлікту, приховуванні від оточуючих ситуації, що відбувається, витончених засобів цькування.

Розрізняють два типи булінгу: безпосередній (фізичний) і непрямий, котрий інакше називають соціальною агресією. Фізичний шкільний булінг -

навмисні поштовхи, удари, стусани, побої, нанесення інших тілесних ушкоджень та ін.; сексуальний булінг є підвидом фізичного (дії сексуального характеру).

Явище булінгу має свої вікові, гендерні та інші особливості. Особливо небезпечним явище булінгу стає в середовищі молодшої школи, коли психіка дітей формується інтенсивними темпами й особливо уразлива до сприйняття домінуючих в оточенні моделей. Щодо молодших школярів, наше дослідження показує, що вже у 8-9 років діти вміють користуватися всіма засобами булінгу, але справжніми булерами є лише деякі з них. Згідно попередніх результатів найбільш поширеними формами булінгу для молодших школярів були вербальні знущання, на другому місці – фізичні знущання та моральне пригнічення, на останньому – заборони та ігнорування.

Розрізняємо передумови булінгу, які спричиняють агресивну поведінку в дітей. Вони виходять з поділу таких факторів ризику на особистісні, сімейні, групові, шкільного середовища, громади чи району та культурні. Їхнє поєднання дає складний індивідуальний набір чинників, що детермінують булінг.

Щодо детермінант шкільного булінгу, то хочемо зазначити, що шкільна політика, толерантне або нейтральне ставлення адміністрації школи, вчителів до прояву агресивних, насильницьких, ворожих дій з боку учнів та поведінка самих вчителів формує загальну атмосферу не тільки учнівського класу, але й усієї школи, визначає внутрішнє життя, тобто соціально-психологічний клімат. Булінг у шкільному середовищі розвивається в ситуації ворожості, конфліктності, страху.

Булінг у шкільному середовищі може виникати і тоді, коли відбувається боротьба між учнями за вищий статус у груповій ієрархії, задоволення своїх соціальних потреб та як інструмент маніпулювання та контролю учнем свого мікросоціуму. Оскільки булінг є внутрішньогруповим процесом та передбачає специфічну групову динаміку, то для більш глибокого розуміння механізмів виникнення даного явища необхідно більш детально досліджувати саме

соціальні фактори. Причини булінгу пов'язуються як із зовнішніми факторами (ситуацією взаємодії, соціально-демографічними особливостями однокласників, поведінкою дорослих), так і з особистісними особливостями самих дітей, включених у ситуацію шкільного цькування.

З огляду на вищедосліджене, виділяється три основних причинних фактори булінгу: у дитини майже немає друзів; вона спілкується з тими, хто не може їй допомогти та в подальшому захистити; вона не приймається групою однолітків чи класом.

Профілактична робота щодо явища булінгу базується на вивченні та врахуванні основних сфер чинників агресії: особистість, стосунки в групі та сім'ї.

Метою нашого дослідження стало вивчення особливостей булінгу та його проявів у молодшому шкільному віці, розроблення програми профілактики шкільного насильства серед дітей початкової школи.

У процесі проведення дослідження вирішено, що вибірку дослідження складуть молодші школярі 4-го класу віком 8-9 років початкової школи комунального закладу загальної середньої освіти Луцький ліцей № 28 Луцької міської ради з посиленою фізичною підготовкою. Загалом участь у роботі взяли 30 учнів початкового класу, 23 батьків.

Для діагностики обізнаності молодших школярів з явищем булінгу та основних причин його детермінації у початковій школі ми:

- сформували та використали анкети для дітей та батьків;
- використали методичку діагностики показників і форм агресії, агресивної поведінки опитувальник Є. Ільїна, П. Ковальова;

Результати анкетування вказують на поширеність насильства вже серед дітей молодших класів. Схильність до шкільного насильства (анкета для дітей) виокремлено 32% потенційних кривдників, 23% потенційних жертв шкільного насильства; інші школярі – потенційні спостерігачі, вірогідні захисники жертв чи агресорів.

За методикою Є. Ільїна, П. Ковальова зафіксовано такі типи агресивної поведінки: непряма фізична агресивна поведінка – 24% (псування майна жертви, результатів її праці), пряма фізична агресивна поведінка – 28% (виражається в заподіянні фізичного болю), непряма вербальна агресивна поведінка – 14 % (звинувачення і погрози жертві, виражені в крику, скаргах, агресивних фантазіях), пряма вербальна агресивна поведінка – 14% (образи, спроби принизити, висміяти іншого), пряма вербальна, фізична агресивна поведінка – 8% (словесні образи підкріплюються стусанами, штовханням, ударами в обличчя), непряма, пряма вербальна агресивна поведінка – 8% (образи, помста, застосовуються безпосередньо чи за допомогою іншого), непряма вербальна, фізична агресивна поведінка – 4% (за емпіричними даними опитування дітей)

За результатами анкетування дітей, з'ясовано, що діти молодшого шкільного віку часто потрапляють в агресивні ситуації. На їх думку, словесне та фізичне насильство виникає через роздратованість, невдачі, злість, заздрощі, ревності, невміння мирно домовитись або взагалі без причини. Зазвичай діти таким чином відповідають на систематичні образи і приниження.

Аналіз батьківських анкет і бесіди виявили, що чимало дорослих – некомпетентні у психолого-педагогічних питаннях, тому їх не можна вважати хорошими вихователями для дитини. Найуживанішими методами впливу на дитину є сварка і побиття. Більшість батьків не знають, а якщо і знають, то не вміють використовувати такі методи впливу як переконання, особистий приклад, гідний наслідування, позитивне підкріплення, похвала, організація успіху тощо.

Підсумовуючи викладене, можна дійти висновку, що анкетування виявило характерні прояви вербального та фізичного насильства і його високий рівень поширеності у середовищі учнів початкових класів. Як з'ясувалося, психологічне насильство у школі пов'язане із його катарсичною

й експлетивною функціями, демонстрацією дорослості та приналежності до референтної групи осіб. У школі до дітей часто застосовуються колективні образи, ярлики, прізвиська тощо. Батьки чинять фізичне і вербальне насильство з виховною метою і для розрядки негативних емоцій, викликаних неслухняністю й неприйнятною поведінкою дітей.

Профілактика булінгу в роботі з дітьми молодшого шкільного віку – особливий вид діяльності спрямований на збереження, зміцнення й розвиток здоров'я дітей на всіх етапах шкільного дитинства. Отож, у закладах загальної середньої освіти необхідно систематично організовувати та проводити різноманітні заходи з протидії булінгу протягом всього навчального року.

Відповідальність за організацію та проведення таких профілактичних заходів лежить на адміністрації закладу загальної середньої освіти, яка може залучати учнів з застосуванням підходу «рівний- рівному», інших спеціалістів – поліцію, громадські організації тощо.

Профілактичні заходи варто проводити у ігрових та інтерактивних формах форматах, а до організації та проведення профілактичних заходів потрібно залучати шкільного психолога, батьків, вчителів, медіаторів та учнів, адже вони мають найбільший протибулінговий вплив на ситуацію в шкільному середовищі початкової школи.



## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алексеєнко Т. Ф. Явища мобінгу та булінгу в стосунках групи і особистості. *Шлях освіти*. 2012. № 2. С. 12-16
2. Амеліна О. Булінг - одна з форм насилля над дітьми в школах. *Дитинство без насилля: суспільство, школа і сім'я на захисті прав дітей* : зб. матеріалів міжнар. наук.-практ. конф. Тернопіль, 2014. С. 139-141
3. Беженар Г. Булінг : підліткове насильство в школі. *Школа*. 2012. №2 (74). С. 75–79. URL: [www.osvitaua.com/attach/2319/SHj12021s.pdf](http://www.osvitaua.com/attach/2319/SHj12021s.pdf) (дата звернення 14.05.2024).
4. Бойбіна Ю. Розвиток самопізнання та впевненості у собі у дітей 10-12 років. *Психолог*. 2008. № 25 (313). С. 4-63.
5. Борщевська А. В. Булінг у школах як чинник психічного нездоров'я. *Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету*. Вип. 6. 48-52. 2014.
6. Виявлення, попередження і розгляд випадків насильства та жорстокого поводження з дітьми : метод. матеріали / Ю. Онишко та ін. Київ : Калита, 2007. 56 с.
7. Дубровська Є., Ясеновська М., Алексеєнко М. Насильство в школі: аналіз проблеми та допомога, якої потребують діти та вчителі у її розв'язанні Київ, 2009. 34 с.
8. Кіричевська Є. Насильство в загальноосвітніх навчальних закладах: стратегії подолання. *Практична психологія та соціальна робота*. 2010. №8. 286 с.
9. Кіфа А. Соціально-психологічні особливості булінгу в позаформальних підліткових групах. *Вісник Київського національного університету ім. Т. Шевченка*. Київ, 2017. Вип. 1 (6 )/2 (7) : Психологія. С. 66-69.
10. Король А. Причини та наслідки явища булінгу. *Відновне правосуддя в Україні*. 2009. № 1–2 (13). С. 84–93.



11. Кормило О. Явище булінгу в освітньому просторі. *Проблеми гуманітарних наук. Психологія* : зб. наук. пр. ДДПУ / Дрогоб. держ. пед. ун-т ім. І. Франка. Дрогобич, 2015. Вип. 37. С. 174–187. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pgn\\_ps\\_2015\\_37\\_17](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pgn_ps_2015_37_17) (дата звернення: 24.10.2023).

12. Максимова Н.Ю., Мілютіна К.Л. Соціально-психологічні проблеми насильства. К., 2003. 344 с.

13. Насильство в школі: аналіз проблеми та допомога, якої потребують діти та вчителі у її розв'язанні / Дубровська Є., Ясеновська М., Алексеєнко М. К. : ВГО «Жіночий консорціум України», 2019. 34 с.

14. Превенція агресивності та насилля в освітньому середовищі: методичні рекомендації / Дроздов О.Ю., Живолуп Л.В., Ніжинська О.В., Сухенько Я.В. Полтава: ПОППО, 2011. 80 с.

15. Журавель Т.В., Кочемировська О.О., Ясеновська М.Е. Попередження, виявлення і подолання випадків насильства та жорстокого поводження з дітьми: методичний посібник для освітян. К.: ТОВ «К.І.С.», 2010. 242 с.

16. Психолого-педагогічна робота у загальноосвітніх навчальних закладах з профілактики насильства над дітьми: метод. посіб. / Вовчок Т.В., Степура Н.П., Даниленко І.С. та ін.; за заг. ред. Т.П. Цюман. К.: ВПЦ «Експрес», 2009. 328 с.

17. Юрчик О. М. Теоретичні аспекти моделювання процесу психологічної профілактики шкільного насильства. *Проблеми сучасної психології*. 2015. Вип. 29. С. 779-790. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pspl\\_2015\\_29\\_69](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pspl_2015_29_69) (дата звернення 24.03.2024).

18. Юрчик О.М. Соціально-психологічні аспекти булінгу в початкових класах. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова*. Серія № 12. Психологічні науки: збірник наукових праць. К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2015. № 2 (47). С. 81- 88.

19. Юрчик О.М. Теоретичні аспекти моделювання процесу психологічної профілактики шкільного насильства. *Проблеми сучасної психології*: збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені

Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України / за наук. ред. С.Д. Максименка, Л.А. Онуфрієвої. Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2015. Вип. 29. С. 779-790.

20. Coloroso Barbara. The bully, the bullied, and the bystander: from pre-school to high school: how parents and teachers can help break the cycle of violence. Canada, 2002. P. 218.

21. Crawford N. New ways to stop bullying . *APA Monitor on Psychology*. 2003. Vol.33. No.9. URL: <http://www.apa.org/monitor/oct02/bullying.aspx> (дата звернення 24.04.2024).

22. Olweus D. Bullying at school: tackling the problem (2001) URL: [http://www.oecdobserver.org/news/archivestory.php/aid/434/Bullying\\_at\\_school:\\_tackling\\_the\\_problem.html](http://www.oecdobserver.org/news/archivestory.php/aid/434/Bullying_at_school:_tackling_the_problem.html) (дата звернення 10.02.2024).

Волинський національний університет імені Лесі Українки

# ДОДАТКИ

Волинський національний університет імені Лесі Українки

## Додаток А

## АНКЕТА ДЛЯ УЧНІВ

1. Як ти розумієш слово «жорстока поведінка»?

2. Чи доводилось Вам бути свідком жорстокого поводження з Вашими друзями, однолітками, школярами? - так \_\_\_ - ні \_\_\_

3. Які «погані» слова ти можеш вживати стосовно однокласників?

4. Які емоції виникають, коли тебе ображають однокласники?

5. Якими лихими словами тебе можуть образити?

а) батьки; \_\_\_\_\_

б) учителі; \_\_\_\_\_

в) друзі \_\_\_\_\_

6. Як ти вважаєш, чому лаються однокласники? \_\_\_\_\_

7. Що тобі легше було пережити: коли батьки тебе лупцювали за провину, чи коли боляче карали словами? \_\_\_\_\_

8. Коли ти погано поводишся і вчитель робить тобі грубе й образливе зауваження, чи стимулює це твою навчальну діяльність, чи змінює поведінку на краще?

9. Чи доводилось тобі хоч раз в житті зазнавати ... ?

	З боку батьків	З боку вчителів	З боку учнів школи
удари кулаком, ногами, побиття, навмисне нанесення тілесних травм та пошкоджень			
постійні покрики, приниження, несправедливі звинувачення, залякування, лайка, присвоєння прізвиськ, примус до дій, які людина не хоче виконувати.			
потреби в їжі, одязі, сні та недостатня захищеність від небезпеки, нехтування медичними потребами, нехтування потребами в освіті та відмова дитині в підтримці, увазі, любові.			

10. Уяви собі ситуацію, що ти став/стала жертвою жорстокої поведінки, твої дії:

– буду кликати на допомогу;

– звернусь до батьків і все їм розкажу;

– звернусь за допомогою до вчителів;

– звернусь за допомогою до психолога;

– не буду звертатись до дорослих, діятиму на власний розсуд;

інше \_\_\_\_\_

## Додаток Б

## АНКЕТА ДЛЯ БАТЬКІВ

1. Чи існує проблема шкільного насильства у школі, де навчається Ваша дитина?
- а) так;
  - б) ні;
  - в) не володію інформацією.
2. Чи є Ваша дитина учасником булінгу?
- а) так;
  - б) ні;
  - в) не володію інформацією.
3. Якщо діти потрапляють вам під «гарячу» руку, то чи можете Ви їх образити, просто покарати?
- а) так;
  - б) ні.
4. Коли трапляється сварка між дорослими у вашій сім'ї, чи вживаєте Ви лайливі слова, яких не повинні чути діти, чи ображаєте партнера?
- а) так;
  - б) ні.
5. Як Ви караєте дітей за провину?
- а) сварю;
  - б) лупцюю;
  - в) пункти «а» і «б»;
  - г) використовую інші методи.
6. Що відчуває і як поводить ся Ваша дитина, коли образилась на ваші дії?
- 
7. Де, на Вашу думку, діти найбільше вчаться агресивній поведінці?
- а) на вулиці;
  - б) у школі;
  - в) у сім'ї.
8. Чи скаржиться Ваша дитина на те, що вчитель образив, принизив її?
- а) часто;
  - б) інколи;
  - в) ніколи.
11. Які образливі слова говорять дітям учителі?
- 
12. Які агресивні дії чинять учителі щодо дітей?
- 
13. Чи схвалюєте Ви проведення спеціальних досліджень із даної проблеми?
- а) так;
  - б) ні.

**Додаток В****Вправи на розвиток саморегуляції та самоконтролю***Вправа «Дихай і думай красиво»*

«Коли ти хвилюєшся, спробуй красиво і спокійно дихати. Закрий очі, глибоко вдихни:

- думкою скажи: «Я — лев» ~ видихни, вдихни;
- скажи: «Я — птах» — видихни, вдихни;
- скажи: «Я — камінь» — видихни, вдихни;
- скажи: «Я — квітка» — видихни, вдихни;
- скажи: «Я спокійний» — видихни. Ти дійсно заспокоїшся».

*Вправа «Опануй себе»*

Дитині говорять: «Як тільки ти відчуєш, що затурбувався, хочеться когось стукнути, щось кинути, є дуже простий спосіб довести собі свою силу: обхопи долонями лікті і сильно притисни руки до грудей — це поза витриманої людини».

*Вправа «Скни утому»*

«Устань, розстав широко ноги, зігни їх трохи в колінах, зігни тіло і вільно опусти руки, розправ пальці, схили голову до грудей, відкрий рот. Злегка погойдайся в сторони, уперед, назад. А зараз різко трусни головою, руками, ногами, тілом. Ти стряхнув всю утому, ледь залишилося, повтори ще».

*Вправа «Сонячний зайчик»*

«Сонячний зайчик заглянув тобі в очі. Закрий їх. Він побіг далі по обличчю», ніжно погладь його долонями: на чолі, на носі, на ротик, на щічках, на підборідді, гладь обережно, щоб не злякати, голову, шию, животик, руки, ноги, він забрався за комір — погладь його і там. Він не бешкетник — він любить і пестить тебе, а ти погладь його і подружися з ним».

**Малюнкові завдання***«Малюємо настрої музики»*

Після прослуховування й обговорення характеру і настрою музики можна запропонувати дітям намалювати її. Це сприяє формуванню уміння виразити свої почуття, враження через колір, малюнок. Перед малюванням обговорюється, яка фарба (колір) відповідає якому настрою.

*«Малюємо себе»*

Дитині пропонується кольоровими олівцями намалювати себе зараз і себе в минулому. Обговорите з ним деталі малюнка, у чому вони розрізняються. Запитати дитину, що йому подобається і що не подобається в собі. Ця вправа спрямована на усвідомлення себе як індивідуальності, усвідомлення різних своїх сторін. Це корисно для визначення того, що змінилося в дитині у порівнянні з минулим і що ще хотілося б змінити.

*«Мої друзі»*

Дитині пропонується намалювати його друзів. Можна намалювати їх як людей, а можна у вигляді тварин, птахів, квітів, дерев і т.п. після малювання можна обговорити малюнок з дитиною, запитавши її, хто тут намальований

чому вона намалювала саме цих дітей? Як варіант цієї вправи можна використовувати малюнок «Наша група», що може бути хорошим діагностичним показником взаємин дітей усередині групи.

*«Смішний малюнок»*

Прикріпіть лист паперу на двері, стіну. Гравці шикуються в одну лінію. Ведучий зав'язує першому очі, підводить його до «мольберта», дає в руки фломастер і говорить, що зараз усі будуть малювати одну корову, слона, зайця, принцесу і т.д.

Усі по черзі підходять із зав'язаними очима і домальовують відсутні деталі.

Ну і смішна ж картина виходить!

*«Малюємо казку»*

Приготуйте усе для малювання по мокрому листу. Запропонуйте дітям зобразити щось або когось із прослуханої казки кольором. Малюнок покаже, наскільки емоційно впливає казка на дитину. Темна гама буде свідчити про негативні переживання. Світла — про радісні і легкі.

**Танцювально – рухові вправи та ігри**

*Вправа «Зобрази тварину, предмет, емоцію»*

Діти під музику зображують:

- тварин у різних емоційних станах;
- різні предмети, явища (наприклад, хмаринку, дерево, праску, стілець тощо);
- різні емоції.

В усіх випадках діти використовують не тільки міміку, але й жести, пластику, застосовують найрізноманітніші рухи.

*Вправа «Хода і настрій»*

Ведучий показує рух і просить зобразити настрій: «Покрапаємо, як дрібний дощик; а тепер з неба падають важкі, великі краплі. Політаємо, як горобець, а тепер — як чайка, як орел. Походимо, як стара бабуся; пострибаємо, як веселий клоун. Пройдемося, як маленька дитина, що учиться ходити. Обережно підкрадемося, як кішка до пташки. Пройдемося задумливо; а тепер — як розсіяна людина. Побіжимо назустріч мамі, підстрибнемо й обіймемо її».

*Вправа «Водяний карнавал»*

Ведучий пропонує побувати на святі у морського царя. Усі перетворюються в рибок, морських зірок, русалок, черепашок, крабів, морських коників тощо. Звучить плавна музика — морські мешканці, лежачи на підлозі або стоячи, починають свій карнавал. Морський цар (ведучий) хвалить танцюристів, які особливо сподобалися йому.



### Вправи на розвиток комунікативних навичок

#### *Вправа «Автобус»*

Мета вправи: відпрацювання гнучкості невербальної поведінки

Учасники розбиваються на парочки. Інструкція наступна: «Зараз ви пасажир автобуса. За сигналом «Червоний» автобус зупиняється на світлофорі. Раптом ви бачите в зустрічному автобусі людини, якого ви давно не бачили. Ви хочете домовитися про зустріч з ним в якомусь певному місці і в певний час. У вашому розпорядженні - одна хвилина, поки автобуси стоять біля світлофора. За сигналом «Зелений» вмикається зелене світло і автобуси роз'їжджаються».

Після невербального програвання, учасники тренінгу діляться інформацією про те, як вони зрозуміли один одного.

Тривалість: 15-20 хвилин.

#### *Вправа «Зіпсований телефон»*

Мета вправи: вдосконалення навичок невербальної комунікації; спілкування без допомоги слів; здатності розуміти партнера на невербальному рівні.

Із залу вибираєте п'ять чоловік, чотири з них виходять з кімнати. П'ятому даєте текст: "У батька було 3 сина. Старший розумний був чолов'яга, середній був ну так собі, молодший син був не в собі ". Він повинен без слів показати цей текст четвертого людині, той третій, той другий, і потім першому. Для кращого запам'ятовування перша людина може проговорити текст кілька раз. Потом, починаючи з самого останнього людини, ви розпитуєте, про що був текст історії. Можна просити повторювати текст, якщо той, кому він передається, не розуміє його.

Обговорення того, які кошти оповідач використовував для передачі повідомлення. На що звертав в першу чергу увагу слухач. Наскільки слухач міняв комунікативні засоби, стаючи оповідачем.

Тривалість: 20-25 хвилин

#### *Вправа «Втеча з в'язниці»*

Мета вправи: розвиток здібностей до емпатії, розуміння міміки, мови рухів тіла.

Учасники групи стають у дві шеренги обличчям один до одного. Ведучий пропонує завдання: "Перша шеренга буде грати злочинців, друга - їх спільників, які прийшли в тюрму, для того щоб влаштувати втечу. Між вами звуконепроникна скляна перегородка. За короткий час побачення (5 хвилин) спільники за допомогою жестів і міміки повинні" розповісти "злочинцям, як вони будуть рятувати їх з в'язниці (кожен" спільник "рятує одного" злочинця)". Після закінчення гри "злочинці" розповідають про те, чи правильно вони зрозуміли план втечі.

Тривалість: 15-20 хвилин.

## РЕКОМЕНДОВАНІ ІГРИ ТА ВПРАВИ НА ЗНЯТТЯ АГРЕСІЇ

### Для вчителів та батьків

#### **«Горобині бої»**

*Гра на зняття фізичної агресії.*

Діти обирають собі пару і на деякий час перетворюються на «войовничих горобців». Вони присідають, обхопивши руками коліна, боком стрибають один до одного і легенько штовхаються. Якщо хтось із дітей прибере руки з колін, він вибуває з гри. «Бої» починаються і закінчуються по сигналу дорослого.

#### **«Хвилина баловства»**

*Психологічне розвантаження.*

Ведучий по сигналу пропонує дітям балуватись: кожен робить, що йому хочеться: стрибає, бігає та інше. Повторний сигнал через 1-3 хв. говорить про завершення.

#### **«Злі-добрі коти»**

*Гра на зняття загальної агресії.*

Дітям пропонується утворити велике коло, в центрі якого лежить великий гімнастичний обруч. Це «чарівне коло», у якому будуть відбуватися чарівні перетворення. Дитина заходить до чарівного кола і за сигналом ведучого перетворюється в злого кота, який шипить і дряпається (при цьому із «чарівного кола» виходити не можна). Потім за сигналом діти перетворюються в добрих котів, які демонструють гарне ставлення до оточуючих і муркочуть.

#### **«Капризна подушка»**

*Гра на зняття негативізму, дитячих капризів, загальної агресії.*

Дорослий готує «чарівну капризну подушку» і вводить дитину в роль казки: «Чарівна фея подарувала нам подушку. Вона не проста, а чарівна. В ній живуть дитячі «капризики». Це вони заставляють вас балуватися. Давайте проженемо їх». Дитина б'є подушку з усіх сил. Після цього дітям пропонують послухати «капризики» в подушці. Чи усі втекли? Дитина слухає, говорить свою думку. «Їх тут більше не має» (цей прийом заспокоює дітей після вправи).

#### **«Клоуни лаються»**

*Гра на зняття вербальної агресії.*

Клоуни демонструють дітям виставу, веселять їх, а потім починають лаятися, використовуючи назви овочів та фруктів. Продовжуючи гру, клоуни вчать ласкаво називати один одного квітами.

#### **«Ні-Так!»**

*Гра на зняття опосередкованої агресії.*

Діти вільно бігають по приміщенню. Зустрічаючись, вони заглядають в очі один до одного та голосно кричать: «Ні! Ні! Потім за сигналом ведучого зупиняються і знову починають бігати, але кричать вже «Так! Так!», заглядаючи один одному в очі.

*Вправи на зняття агресії.*

«Лимон» Ведучий говорить дітям: «Уявіть, що у вас в руках лимон. Видаввіть з нього сік».

**«Візьміть себе в руки»**

Дитині кажуть: «Як тільки ти відчуєш, що хвилюєшся, що тобі хочеться когось ударити, щось кинути на підлогу, доведи свою силу: обхопи свої лікті та сильно притисни до грудей». (це поза витриманої людини).

**«Ти-Лев!»**

Дитині кажуть: «Заплющ очі, уяви лева – сильного, впевненого царя звірів, спокійного і мудрого. Він красивий, сильний і мудрий. Цього лева звать так само як і тебе – у нього твоє ім'я, твої очі, твої руки, ноги, тіло. Лев – це ти!»

**Додаток М****У разі виявлення того, що дитина стала жертвою кібербулінгу:**

- 1) зберегти факти (скріни, збереження посилань);
- 2) не карати дитину.
- 3) зберегти спокій – дитина не повинна бачити, що це питання нервує батьків.
- 4) заспокоїти дитину та пояснити їй одну з особливостей кібербулінгу та основний закон інформаційних меседжей сучасності. Те, що відбулось сьогодні, післязавтра вже нікого не цікавитиме. Якщо дитина стала жертвою кібербулінгу, то через декілька днів про це всі забудуть. Цього вимагає аудиторії – постійного оновлення новин.
- 5) обговорити з дитиною, що вона сама думає з цього приводу. Особливо це актуально для підлітків, які вже повинні самі формувати захисні моделі поведінки. Відкоригувати його пропозиції у разі сумнівності в їх реалізації. Привчити дитину до того, що навіть негативний досвід є прикладом для дитини, для формування її світогляду.
- 6) заблокувати кривдника: включити до «чорного списку», пожаліться на користувача адміністрації сайту.
- 7) звернутись до адміністрації сайту з метою вилучення даних, які зачіпаються честь та гідність дитини (особливо якщо ці дані персоналізовані – фото, особиста інформація). При цьому варто посилатись на законодавство про охорону дитинства та захист персональних даних.
- 8) звернутись до шкільної адміністрації (класного керівника) для: а) проведення профілактичних занять з протистояння кібербулінгу в класі; б) виявлення кривдника.
- 9) звернутись до поліції з поданням заяви, якщо дії кривдника мають ознаки кримінального злочину.
- 10) звернутись до провайдера інтернет-послуг для блокування сайтів, які розповсюджують інформацію, яка має ознаки кібербулінгу.