

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

**на тему: ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ БУЛІНГУ
СЕРЕД УЧНІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ**

Виконала: студентка II курсу,
групи 8.0530-з
спеціальності: 053 Психологія
освітньої програми: 053 Психологія
Шурмильова Кристина Олегівна
Керівник: к.психол.н., доцент кафедри
психології Спіцина Л.В.
Рецензент: к.псих.н., доцент кафедри
психології Грединарова О.М.

Запоріжжя

2021

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціальної педагогіки та психології
Кафедра психології
Рівень вищої освіти магістр
Спеціальність 053 Психологія
Освітня програма Психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри _____

к.психол.н., доцент. Н.О. Губа

« _____ » _____ 2021 р.

З А В Д А Н Н Я

НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ

Шурмильовій Кристині Олегівні

Тема роботи Психологічні особливості прояву булінгу серед учнів початкової школи

керівник роботи Спіцина Л.В к.психол.н., доцент кафедри психології

затверджені наказом ЗНУ від «30» липня 2021 року № 1137-с

2. Строк подання студентом роботи _____

3. Вихідні дані до роботи аналіз психолого-педагогічної літератури.

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити умови, чинники, форми шкільного насильства в дітей молодшого шкільного віку, розробити та апробувати комплексну програму його психологічної профілактики.

5. Перелік графічного матеріалу: 1 мал., 3 додатка.

.

6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		Завдання видав	Завдання прийняв
Вступ	Спіцина Л.В., доцент		
Розділ 1	Спіцина Л.В., доцент		
Розділ 2	Спіцина Л.В., доцент		
Розділ 3	Спіцина Л.В., доцент		
Висновки	Спіцина Л.В., доцент		

7. Дата видачі завдання _____

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Збір та систематизація матеріалу	січень-березень 2021 р.	Виконано
2	Робота над вступом	березень 2021 р.	Виконано
3	Робота над першим розділом	квітень-травень 2021 р.	Виконано
4	Робота над другим розділом	червень-липень 2021 р.	Виконано
5	Робота над третім розділом	вересень 2021 р.	Виконано
6	Написання висновків	жовтень 2021 р.	Виконано
7	Передзахист	листопад 2021 р.	Виконано
8	Нормоконтроль	листопад 2021 р.	Виконано

Студент _____ К.О. Шурмильова

Керівник роботи _____ Л.В. Спіцина

Нормоконтроль пройдено

Нормоконтролер _____ О.М. Грединарова

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота магістра: 78с., 40 джерела, 1 мал., 3 додатка.

Об'єкт дослідження: психологічні особливості прояву булінгу

Предмет дослідження: особливості психологічної профілактики шкільного насильства в початкових класах.

Мета: обґрунтувати зміст роботи соціально-психологічних і особистісних аспектів булінгу в колективах молодших школярів.

Гіпотеза: організувати ефективний процес відносин у дітей, у яких поведінка класифікується як булінг, може бути пов'язана з такими соціально-психологічними характеристиками, як соціометричний статус і соціальна роль дитини в колективі, а також з особистісними рисами агресивності, демонстративності, тривожності, імпульсивності й заздрісності.

Методи дослідження: теоретичні (теоретичний і порівняльний аналіз психолого – педагогічної літератури); емпіричний (опитувальник, анкетування, тести, контент – аналіз)

Наукова новизна роботи полягає в тому, що: треба змоделювати різні ситуації для згуртованість дітей, різні психологічні вправи; розробити програму психологічної профілактики шкільного насильства та емпірично обґрунтовано шляхи запобігання його проявам у молодших школярів та складання психолого-педагогічних рекомендацій батькам для підвищення її ефективності.

За результатами дослідження можна проводити різні тренінги, щоб діти змогли змодулювати різні ситуації та згенерувати ситуацію, під час якої кожна дитина могла б побувати і на місці кривдника, і на місці ображеного. І зрозуміти, яку кривду несуть її дії.

БУЛІНГ, УЧНІ, ПОЧАТКОВА ШКОЛА, ШКІЛЬНЕ НАСИЛЬСТВО, СОЦІАМЕТРИЧНИЙ СТАТУС, СОЦІАЛЬНА РОЛЬ.

SAMMARY

Shurmylova K.O. Psychological features of bullying among primary school students.

Master's qualification work: 78p., 40 sources, 1 fig., 3 appendices.

Object of research: to theoretically substantiate and empirically investigate the conditions, factors, forms of school violence in children of primary school age, to develop and test a comprehensive program of psychological prevention.

Subject of research: features of psychological prevention of school violence in primary school.

Purpose: to substantiate the content of the work of socio-psychological and personal aspects of bullying in groups of primary school children.

Hypothesis: to organize an effective process of relationships in children, whose behavior is classified as bullying, may be associated with such socio-psychological characteristics as sociometric status and social role of the child in the team, as well as personal traits of aggression, demonstrativeness, anxiety, impulsivity and envy.

Research methods: theoretical (theoretical and comparative analysis of psychological and pedagogical literature); empirical (questionnaire, questionnaire, tests, content analysis)

The scientific novelty of the work is that: it is necessary to simulate different situations for the cohesion of children, different psychological exercises; to develop a program of psychological prevention of school violence and empirically substantiate ways to prevent its manifestations in younger students and make psychological and pedagogical recommendations to parents to improve its effectiveness.

According to the results of the research, various trainings can be conducted so that children can simulate different situations and generate a situation during which each child could visit both the place of the abuser and the place of the offended. And to understand what harm her actions carry.

BULLYING, STUDENTS, PRIMARY SCHOOL, SCHOOL VIOLENCE,
SOCIAMETRIC STATUS, SOCIAL ROLE.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	6
РОЗДІЛ 1. ПРОЯВИ ШКІЛЬНОГО БУЛІНГУ В ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ.....	10
1.1. Шкільний булінг як соціально-педагогічна проблема.....	10
1.2. Психолого-педагогічні особливості учасників булінгу.....	15
1.3. Основні причини прояву булінгу у молодших класах в умовах загальноосвітньої школи.....	24
РОЗДІЛ 2. ПРОФІЛАКТИКА У ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ БУЛІНГУ В ПЕДАГОГІЧНІЙ ПРАКТИЦІ.....	32
2.1. Профілактика у початковій школі булінгу в педагогічній практиці.....	32
2.2. Результати емпіричного дослідження в рамках профілактики у дітей булінгу.....	41
2.3. Антибулінгова програма в умовах загальноосвітньої школи.....	51
ВИСНОВКИ	57
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	60
ДОДАТКИ	64

ВСТУП

Актуальність дослідження. Сьогодні ми з вами тут для того, щоб обговорити важливу тему - тему насильства та жорстокості серед дітей початкової школи.

Приниження – честь- гідність дитини. З проявом дитячої агресії треба прцювати від їхнього зародження і гуртом. Якщо відбуваються події, які об'єднують дітей, показують їхню сторону,адже булінг може початися з будь- яких дурниць: не таке ім'я, прізвище, замкнутість, вади.

Адже на сьогоднішній день до школи йдуть діти з особливими потребами, впровадження інклюзивної освіти, адже в Україні – це частина реформи. Ми повинні дітей вчити ще з сім'ї, дитячого садочка, що діти всі різні, відрізняються своїми особливостями, і треба шанувати, поважати одне одного.

Кожному з нас, хоча б раз у житті, доводилося зіткнутися з насильством. Воно могло застосовуватися проти вас самих, ви могли бути свідком, або самі ставали тими, хто ображає. Сьогодні ми поговорили про насильство та жорстокість, які направлено на одну дитину. Це явище називають булінгом.

Сьогодні все частіше в шкільному середовищі і в середовищі психологічної допомоги звучить слово «булінг». У перекладі з англійської воно означає знущання, цькування і залякування. Більшість дітей свого часу дражнили брати, сестри або друзі. Якщо це відбувається в ігровій, дружній і обопільній формі, коли обидві дитини просто бавляться, такі образи, як правило, не завдають шкоди. Але коли словесні уколи стають образливими, злими та постійними, вони перетворюються в знущання і їх необхідно припинити.

Булінг - це зарозуміла, образлива поведінка, агресивне переслідування одного з членів колективу (шкільного, студентського або професійного) з

боку інших членів колективу або його частини. При цькуванні жертва виявляється не в змозі захистити себе від нападок. Таким чином цькування відрізняється від конфлікту, де сили сторін приблизно рівні.

Перші публікації на тему шкільної цькування з'явилися досить давно, ще в 1905 р К. Дьюкс опублікував свою роботу, але перші систематичні дослідження проблеми булінг належать скандинавським вченим, серед них: Д. Олвеус, П.П. Хайнеманн, А. Пікасо, Е. Роланд. Серед перерахованих дослідників Д. Олвеус і сьогодні залишається найавторитетнішим дослідником проблеми булінгу. Потім інтерес виник і в Великобританії. Серед британських дослідників слід відзначити В.Т. Ортона, Д.А. Лейна, Д.П. Таттума, Е. Мунте[1,4,6]. У США особливу увагу до булінг стали проявляти на початку 90-х рр.

У засобах масової інформації все частіше стали з'являтися повідомлення про негативну ситуацію в школах. Постійно нам говорять про те, як діти знущаються над однокласниками і вчителями. Те, що нам показують по телевізору або пишуть в газетах - це лише половина того, що нам показують. Основна його частина залишається доступною масам або з'являється тільки в інтернеті. При цьому вискакує досить багато роликів, де показано, як діти б'ють один одного або вчителів. Ця проблема хоч і досить широко висвітлюється, але реальних дій до її запобігання не спостерігається.

Жорстокі відносини між учнями, як зазначає О.М. Проніна в наш час справа звичайна. Напевно, в кожній школі країни знайдеться хоча б один клас, де можна спостерігати це. На жаль, ніхто не може точно сказати, звідки у дітей береться один до одного така ненависть. Останнім часом стала з'являтися психологічна та юридична література (як перекладна, так і вітчизняна), прямо або побічно стосується цього питання, але, на жаль, лише незначна орієнтована на соціальну практику, особливо на педагогічну діяльність.

Об'єкт дослідження: психологічні особливості прояву булінгу.

Предмет дослідження: особливості психологічної профілактики шкільного насильства в початкових класах.

Мета: обґрунтувати зміст роботи соціально-психологічних і особистісних аспектів булінгу в колективах молодших школярів.

Гіпотеза: організувати ефективний процес відносин у дітей, у яких поведінка класифікується як булінг, може бути пов'язана з такими соціально-психологічними характеристиками, як соціометричний статус і соціальна роль дитини в колективі, а також адаптувати.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити умови, чинники, форми шкільного насильства в дітей молодшого шкільного віку, розробити та апробувати комплексну програму його психологічної профілактики.

Завдання дослідження:

- 1) проаналізувати теоретичні підходи до феномену насильства у сучасній психологічній літературі;
- 2) розкрити психологічний зміст та основні причини виникнення шкільного насильства в дітей молодшого шкільного віку;
- 3) емпірично дослідити особливості прояву шкільного насильства в учнів початкових класів;
- 4) обґрунтувати теоретико-методологічні основи психопрофілактики шкільного насильства в молодшому шкільному віці, розробити та апробувати відповідну психопрофілактичну програму.

Наукова новизна роботи полягає в тому, що: треба змодельовати різні ситуації для згуртованість дітей , різні психологічні вправи; розробити програму психологічної профілактики шкільного насильства та емпірично обґрунтовано шляхи запобігання його проявам у молодших школярів та складання психолого-педагогічних рекомендацій батькам для підвищення її ефективності.

Практичне значення роботи визначається тим, що за результатами дослідження можна проводити різні тренінги, щоб діти змогли змодулювати

різні ситуації та згенерувати ситуацію, під час якої кожна дитина могла б побувати і на місці кривдника, і на місці ображеного. І зрозуміти, яку кривду несуть її дії.

Надійність і вірогідність результатів дослідження забезпечувались: теоретико-методологічним обґрунтуванням вихідних теоретичних положень, створенням адекватних умов діагностування, поєднанням кількісного та якісного аналізу емпіричних даних, репрезентативністю складу експериментальної та контрольної груп, застосуванням сучасних методів математичної статистики на базі пакету новітніх програм.

РОЗДІЛ 1

ПРАЯВИ ШКІЛЬНОГО БУЛІНГУ В ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛИ

1.1 Шкільний булінг як соціально-педагогічна проблема

Шкільний булінг - соціальне явище, широко поширене сьогодні в Росії, США, Канаді і практично у всіх країнах Європи, а також не оминув і Україну. Про булінг в світі стали говорити і писати на початку ХХ століття, але серйозні дослідження почалися на Заході трохи більше 30 років тому. Піонерами в цій галузі виступили вчені Скандинавських країн. У Росії перші публікації з'явилися лише в 2005 році. Булінг в скандинавських і англomовних країнах визначається як утиск, дискримінація, цькування. Девід Лейн і Ендрю Міллер визначають булінг як тривалий процес свідомого жорсткого ставлення, фізичного і (або) психічного, з боку одного або групи дітей до іншої дитини (іншим дітям). Однак, говорячи про школу, слід сказати, що булінг проявляється не тільки в дитячих взаєминах, але також і в системі відносин «вчитель / дорослий - дитина».

У перекладі з англійської мови слово булінг (bullying, від bully - хуліган, забіяка, задирака, грубіян, насильник) позначає цькування, залякування, фізичний або психологічний терор, спрямований на те, щоб викликати в іншого страх і тим самим підпорядкувати його собі. Поняття «булінг» розглядається від вузького - відеозйомка бійки до масштабного - насильство взагалі. У скандинавських і англomовних країнах використовуються такі терміни: утиск, дискримінація, моббінг (переважно групові форми утиску дитини), боулінг[23,24,25]. Останній термін використовується в спеціальній літературі найбільш часто.

Булінг, згідно визначення CDC (Centers for Disease Control and Prevention), – це будь-яка агресивна поведінка однієї людини чи групи людей, які не є родичами жертви, що повторюється неодноразово або має очевидні

передумови для повторення. Психотерапевт І.Бердишев визначає булінг як свідоме, тривале насильство, що не носить характеру самозахисту і виходить від однієї або декількох осіб; на думку соціолога І.М. Кона, булінг– це залякування, фізичний або психологічний терор, спрямований на те, щоб викликати в іншого страх і тим самим підпорядкувати його собі [8]. Т.Фалд, автор Інтернет ресурсу BullyOnLine (www.bullyonline.org) [17] вважає булінгом регулярну негативну поведінку одного працівника по відношенню до іншого або до цілої групи його колег, включає різні прискіпування через дрібниці, часто зовсім необґрунтовані, негативну оцінку роботи або відмова від будь-якої оцінки, прагнення ізолювати працівника або групу працівників від інших, розпускання брудних чуток і пліток. На наш погляд, всі ці визначення у повному обсязі виражають сутність булінгу, а висвітлюють лише деякі його аспекти.

Глазман О.Л. в своїй роботі наводить запропоноване Національною асоціацією шкільних працівників США наступне визначення булінг - це динамічні і повторювані моделі вербальної і / або невербальної поведінки, вироблені одним або декількома учнями щодо іншого учня, причому прагнення завдати шкоди навмисно, а також є реальна або уявна різниця в силі. Булінг є різновидом насильства і, в свою чергу, також може виражатися по-різному, тобто має свої види. Оскільки ми вказали, що булінг має місце переважно в організованих колективах, виділивши основні соціальні організації, де теоретично він може мати місце, спробуємо визначити основні види булінгу: булінг в школі; булінг на робочому місці; булінг в армії [21].

Звичайно, прояви булінг можуть спостерігатися і в інших більш-менш організованих колективах. Але ми зупинимося на прояві булінгу в умовах загальноосвітньої школи. Численні дослідники пояснюють цю обставину насамперед тим, що школа - це універсальна арена, полігон для розрядки дітьми своїх численних проблем, що накопичилися в будинку негативних імпульсів. У школі складаються певні рольові відносини серед дітей в діапазоні «лідер-вигнанець». Додатковим чинником, що сприяє поширеності

булінгу в школах, є нездатність, а в деяких випадках і небажання педагогів усвідомлювати цю проблему і шукати шляхи її вирішення. Булінг має свої вікові, статеві (гендерні) і інші психологічні закономірності. За ним стоїть не тільки і не стільки нерівність фізичних сил, скільки дисбаланс влади, що дозволяє одній дитині підпорядкувати собі іншу, причому така взаємодія між двома або кількома дітьми неодноразово повторюється протягом тривалого часу. Акти агресії, спрямовані на одних і тих же жертв, створюють між ними стабільні відносини, в яких булінг на одному полюсі доповнюється віктимізацією на іншому полюсі. Ця специфічна форма агресії, особливо характерна для середнього дитинства і для молодших підлітків, завжди спрямована проти одних і тих же дітей. При переході з початкової школи в середню булінг кілька слабшає, але у деяких дітей це - стійка особистісна риса, з віком змінюються лише форми її прояву.

Щодо форм, в яких виражається булінг в школі, у дослідників даного явища такі точки зору. Так, Д. Лейн виділяє фізичне і психічне насильство; І. Бердишев говорить про існування словесного, поведінкового і власне агресивного булінгу, з фізичним насильством; Т. Мерцалова виділяє насильство фізичне, емоційне, вербальне, психічне і сексуальне [31,40].

На мою думку, шкільне насильство включає в себе різні дії кривдника по відношенню до жертви, але всі вони спрямовані, як зазначає І. Г. Малкіна-Пих, на приниження за допомогою емоційного, фізичного, економічного або сексуального насильства і агресії. Розглянемо зміст кожного з перерахованих видів насильства.

Емоційне насильство, яке викликає у жертви емоційне напруження, принижує його і знажує його самооцінку. В цьому випадку зброєю служить голос. Виділяють наступні види емоційного насильства: глузування, привласнення кличок, з якими постійно звертаються до однієї людини, тим самим ображаючи його, нескінченні зауваження, необ'єктивні оцінки, висміювання, приниження в присутності інших дітей та інше. Даний вид булінгу часто спрямований на тих жертв, які мають помітні відмінності у

фізичній зовнішності, акценті або особливості голосу, високу або низьку академічну успішність. Обзивання можуть також приймати форму натяків з приводу передбачуваної статевої орієнтації учня. Використання анонімних телефонних дзвінків - дуже поширена форма словесного булінгу, при якому жертвами можуть стати не тільки учні, але навіть вчителі; відторгнення, ізоляція, відмова від спілкування з жертвою. Ініціатором використання цього методу, як правило, є хуліган. Жертва навмисно ізолюється, виганяється або ігнорується частиною класу або всім класом. Дана ситуація може супроводжуватися поширенням записок, нашіптуванням образ, які можуть бути почуті жертвою, або принизливими написами на дошці або в громадських місцях.

Під фізичним насильством на увазі застосування фізичної сили по відношенню до учня, співучневі, в результаті чого можливе нанесення фізичної травми. До фізичного насильства відносяться побиття, нанесення удару, шльопання, потиличники, псування майна, в результаті чого можуть бути пошкоджені, вкрадені або заховані одяг, підручники або інші особисті речі жертви і ін. Така поведінка, як підкреслює І. Г. Малкіна-Пих, частіше зустрічається серед хлопчиків, ніж серед дівчаток. Зазвичай фізичне і емоційне насильство супроводжують один одного [9]. Глузування і знущання можуть тривати довгий час, викликаючи у жертви травмуючі переживання.

Сексуальне насильство або розбещення - використання дитини (хлопчика чи дівчинки) дорослою людиною чи іншою дитиною для задоволення сексуальних потреб або отримання вигоди. До сексуального розбещення відносяться також залучення дитини до проституції, порнобізнес, оголення перед дитиною статевих органів і сідниць, підглядання за ним, коли він цього не підозрює (під час роздягання, відправлення природних потреб і т. д.).

Економічне насильство передбачає використання грошей для контролювання іншої особи. Також в цьому випадку від жертви вимагають гроші і загрожують, якщо він / вона не віддає їх негайно. Можуть вимагали

також сніданки або гроші на обід. Жертву також можуть примушувати красти майно. Така тактика використовується виключно для покладання провини на жертву.

Прийшовши до висновку, що *булінгом* можна вважати умисне, що не спрямоване на самозахист і не санкціоноване нормативно-правовими актами держави, тривале (або таке, що повторюється) фізичне або психологічне насильство з боку індивіда або групи, які мають певні переваги (фізичні, психологічні тощо) до індивіда, і що відбувається переважно в організованих колективах з певною особистою метою (наприклад, бажання заслужити авторитет у деяких осіб).

Дослідник Мальцева О. А. зазначає, що з'явився новий різновид шкільного булінг - кібербулінгу, тобто жертва отримує образи на Вашу електронну адресу або через інші електронні пристрої [22]. Виходячи з вищевикладеного, шкільний булінг слід розділити на дві основні форми: Фізичний шкільний булінг - умисні поштовхи, удари, стусани, побої, нанесення інших тілесних ушкоджень та ін .; сексуальний булінг є підвидом фізичного (дії сексуального характеру). . Психологічний шкільний булінг - насильство, пов'язане з дією на психіку, що завдає психологічну травму шляхом словесних образ або погроз, переслідування, залякування, якими навмисно заподіюється емоційна невпевненість. До цієї форми можна віднести: вербальний булінг, де зняряддям служить голос (образливе ім'я, з яким постійно звертаються до жертви, обзивання, поширення образливих чуток і т.д.); образливі жести або дії (наприклад, плювки в жертву або в її напрямку); залякування (використання агресивної мови тіла і інтонацій голосу для того, щоб змусити жертву робити або не робити що-небудь); ізоляція (жертва навмисне ізолюється, виганяється або ігнорується частиною учнів або всім класом); вимагання (грошей, їжі, інших речей, примус що-небудь вкрасти); ушкодження та інші дії з майном (крадіжка, грабіж, ховання особистих речей жертви); шкільний кібербулінг - приниження за допомогою мобільних телефонів, Інтернету, інших електронних пристроїв (пересилання

неоднозначних зображень і фотографій, обзивання, поширення чуток і ін.) [30].

Явища цькування і кібербулінгу мають системну природу. А це значить, що причина явища не в індивідуальних особливостях учасників, а виникає як сума інколи непомітних внесків багатьох людей. 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.

Шкільне насильство - це вид насильства, при якому має місце примус, застосування сили між дітьми або вчителями по відношенню до учнів. Запобігання випадків шкільного насильства є найважливішим завданням держави, оскільки жорстоке ставлення до дитини неминуче призводить до негативних наслідків. Поряд з явними і вербалізованими формами агресії нерідкі випадки її прихованих і ретельно замаскованих проявів, занадто часто вислизають від уваги. Таким чином, булінг можна вважати умисне, чи не носить характеру самозахисту і не санкціоноване нормативно-правовими актами держави, тривалий (повторюване) фізичне або психологічне насильство з боку індивіда або групи, які мають певні переваги (фізичні, психологічні, адміністративні і т.д.) щодо індивіда, і яке відбувається переважно в організованих колективах з певною особистою метою (наприклад, бажання заслужити авторитет у деяких осіб).

1.2 Психолого-педагогічні особливості учасників булінгу

За даними різних досліджень, майже кожен третій учень в Україні так чи інакше зазнавав булінгу в школі, потерпав від принижень і глузувань: 10

% – регулярно (раз на тиждень і частіше); 55 % – частково піддаються знущанню з боку однокласників; 26 % – батьків вважають своїх дітей жертвами булінгу.

Практично в кожному класі є учні, які стають об'єктами глузувань та знущань, а також агресори, які є ініціаторами булінгу.

Найчастіше цькування ініціюють надміру агресивні діти, які люблять домінувати, тобто бути «головними». Їх не турбують почуття і переживання інших людей, вони прагнуть бути в центрі уваги, контролювати все навколо. Принижуючи інших, вони підвищують власну значущість. Нерідко це відбувається через глибокі психологічні комплекси кривдників. Можливо, вони самі переживали приниження або копіюють ті агресивні й образливі моделі поведінки, які є у їхніх сім'ях[5].

Зазвичай об'єктом знущань (жертвою) булінгу вибирають тих, у кого є дещо відмінне від однолітків. Відмінність може бути будь-якою: особливості зовнішності; манера спілкування, поведінки; незвичайне захоплення; соціальний статус, національність, релігійна належність. Найчастіше жертвами булінгу стають діти, які мають:

- фізичні вади – носять окуляри, погано чують, мають порушення опорно- рухового апарату, фізично слабкі;
- особливості поведінки – замкнуті чи імпульсивні, невпевнені, тривожні;
- особливості зовнішності – руде волосся, веснянки, відстовбурчені вуха, незвичну форму голови, надмірну худорлявість чи повноту;
- недостатньо розвинені соціальні навички: часто не мають жодного близького друга, краще спілкуються з дорослими ніж з однолітками;
- страх перед школою: неуспішність у навчанні часто формує у дітей негативне ставлення до школи, страх відвідування певних предметів, що сприймається навколишніми як підвищена тривожність, невпевненість, провокуючи агресію;
- відсутність досвіду життя в колективі (так звані «домашні» діти);

- деякі захворювання: заїкання (порушення мовлення), дисграфія (порушення письма), дислексія (порушення читання);
- знижений рівень інтелекту, труднощі у навчанні;
- високий інтелект, обдарованість, видатні досягнення;
- слабо розвинені гігієнічні навички (неохайні, носять брудні речі, мають неприємний запах).

За даними U-Report, 49 % підтвердили, що вони піддавалися булінгу, а саме через: зовнішність, стать, орієнтацію, етнічну належність.

Потрібно розуміти, що діти - емоційно незрілі особистості, які тільки проходять процес дорослішання. Якщо учень постійно самостверджується за рахунок слабшого з проявом агресії, це може вказувати на певні психологічні проблеми.

Булінг може виникати як компенсація за невдачі:

- у навчанні,
- суспільному житті
- від тиску та жорстокого поводження батьків чи інших дорослих
- при недостатній увазі з боку дорослих
- як крайній засіб, коли учень вичерпав всі інші можливості для задоволення своїх потреб
- у випадках, коли учні протестують проти певних правил, виражаючи невдоволення, прагнучи зруйнувати дещо в своєму оточенні. Жертвою в ситуації булінгу може стати учень, який відрізняється від інших за будь-яким критерієм на думку членів колективу. 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.

Три істотних ознаки булінг: нерівність сил, повторюваність і неадекватно висока чутливість жертви, та й булінг включає чотири головні компоненти:

- це агресивну і негативну поведінку;

- воно здійснюється регулярно;
- воно відбувається у відносинах, учасники яких мають неоднакову владу;
- ця поведінка є умисною.

Шкільний булінг можна розділити на дві основні форми:

- Фізичний шкільний булінг - умисні поштовхи, удари, стусани, побої нанесення інших тілесних ушкоджень та ін .;
- сексуальний булінг є підвидом фізичного (дії сексуального характеру).
- Психологічний шкільний булінг - насильство, пов'язане з дією на психіку, що завдає психологічну травму шляхом словесних образ або погроз, переслідування, залякування, якими навмисно заподіюється емоційна невпевненість.

Типологічні особливості учасників булінгу, які виділяє А.М. Степанова:

«Переслідувачі» - при низькому соціометричному статусі у них найвищий коефіцієнт задоволеності в спілкуванні, вони чітко усвідомлюють коло спілкування, в якому їх приймають. Вони значимо більш авторитарні, ніж всі інші учасники булінгу. Ця особливість допомагає їм підпорядковувати «помічників», є внутрішнім виправданням при «цькуванні» жертв і створює відчуття суб'єктивної правоти. «Переслідувачі», не дивлячись на свою роль, вважають себе надто добрими, хочуть бути ще менш добрими, ніж вони є. Також «переслідувачі» не є і не прагнуть бути терплячими. В цілому у «переслідувачів» досить висока самооцінка і рівень домагань.

«Жертви». У «жертв» найнижчий соціометричний статус і коефіцієнт задоволеності спілкуванням, що говорить про їх низьке положенні в класі. «Жертви» найбільш залежні, «слабкі» в порівнянні з іншими учасниками булінгу. Самооцінка у «жертв» найнижча в порівнянні з іншими групами, а рівень домагань досить високий, тому «жертви» дуже незадоволені собою, не

приймають самі себе і, можливо, хочуть мінятися. Рівні тривожності, труднощів у спілкуванні і конфліктності також найвищі у «жертв».

«Помічники» - у них досить низький соціометричний статус, допомагаючи «переслідувачам», вони не досягають поваги в класі. «Помічники» дуже залежні, завдяки чому їх підпорядковують «переслідувачі», але одночасно вони і досить авторитарні, що створює у них внутрішній дискомфорт. За активної прямого булінгу, найвищі показники саме у «помічників», так як часто саме вони обзивають, б'ють, а «переслідувачі» лише вибирають мету і продумують план. «Помічники» відчують гострий дефіцит спілкування з батьком. Можливо, вони знаходять в якості батька «переслідувачів», і тому прагнуть допомагати їм навіть в переслідуванні. Показники по самооцінці до рівня домагань у «помічників» середні.

«Захисники». У «захисників» найвищий соціометричний статус і досить високий коефіцієнт задоволеності спілкуванням, тобто вони в цілому задоволені займаною позицією, яка до того ж досить висока. Вони рідше всіх проявляють булінг по відношенню до однокласників і піддаються булінгу, що підтверджує правильність розподілу на групи. У «захисників» досить висока самооцінка, особливо по надійності і розумінню. В ідеалі вони хочуть бути дуже добрими, доброта для них - постійна цінність. Ці особливості дозволяють їм розуміти «жертв», співчувати і допомагати їм.

«Нейтральні учасники». У «нейтральних учасників» досить високий соціометричний статус і коефіцієнт усвідомленості позитивних відносин. Вони найменш залежні, що дозволяє взагалі не втручатися в конфлікти. Вони просто дивляться з боку, але це далеко не завжди добре, так як «нейтральні учасники» - ті самі глядачі, для яких грається спектакль «булінгу». Багато в чому саме їх бездіяльність провокує булінг, більш того, «переслідувачі» часто є лише виконавцями волі «нейтральних учасників». Рівень домагань за якістю «терпимість» у них найвищий. Це ще раз підтверджує правильність

розподілу на групи, так як у багатьох саме терпимість дозволяє їм залишитися в стороні від конфліктів.

Булінг впливає не тільки на безпосередніх жертв. Діти, які труять інших, отримують задоволення від влади і високого статусу в порівнянні з жертвами. Тому у агресорів виникають проблеми з симпатією по відношенню до інших людей, що призводить до девіантної поведінки. Кожен учень може стати жертвою булінгу, і в цьому він буде не винен. Жертва розглядається кривдниками як біла ворона. Дитина може бути вразливою, експансивною, бездіяльною, або зазнавати примусу в домашніх умовах, або бути іншої раси, релігійних переконань, культурних переваг - все це привід до того, що вона може стати жертвою булінгу. Жертвою може стати будь-яка дитина, але зазвичай для цього вибирають того, хто слабший або якимось відрізняється від інших. Найбільш часто жертвами шкільного насильства стають діти, які мають :

- фізичні недоліки. Дітей з фізичними вадами - носять окуляри, що мають знижений слух або з порушеннями рухів (наприклад, при ДЦП), тобто тих, хто не може дати адекватну відсіч і захистити себе - ображають набагато частіше;

- особливості поведінки. Мішенню для насмішок і агресії стають замкнуті діти (інтроверти і флегматики) або діти з імпульсивною поведінкою. В якійсь мірі гіперактивні діти бувають занадто настирливими, при цьому більш наївними і безпосередніми, ніж їх однолітки. Вони занадто глибоко проникають в особистий простір інших дітей і дорослих: влазять в чужі розмови, ігри, нав'язують свою думку, нетерплячі в очікуванні своєї черги в грі. З цих причин вони часто викликають роздратування і отримують «удар у відповідь». Гіперактивні діти можуть бути як жертвами, так і насильниками, а нерідко і тими і іншими одночасно;

- особливості зовнішності. Все те, що виділяє дитину за зовнішнім виглядом із загальної маси, може стати об'єктом для насмішок: руде волосся,

веснянки, відстовбурчені вуха, криві ноги, особлива форма голови, вага тіла (повнота або худорба) і т. д. ;

- погані соціальні навички. Є діти, у яких не вироблено психологічний захист від вербального та фізичного насильства через недостатній досвід спілкування і самовираження. У порівнянні з дітьми, у яких соціальні навички розвинені відповідно до їх віку, діти з нерозвиненими соціальними навичками легше приймають роль жертви. Приймавши роль жертви, упокорюється з ситуацією як з неминучістю, часто навіть внутрішньо знаходить виправдання гвалтівнику: «... ну, значить, я такий, стою цього, заслужив це»;

- страх перед школою. Він частіше виникає у тих, хто йде в школу з негативними соціальними очікуваннями щодо неї. Іноді цей страх індукується від батьків, які самі мали проблеми в шкільному віці. Пусковим механізмом виникнення страху можуть стати розповіді про злу вчительку і погані оцінки. Дитина, що виявляє невпевненість і страх перед школою, легше стане об'єктом для знущань однокласників;

- відсутність досвіду життя в колективі (домашні діти). Діти, які відвідують до школи дитячий колектив, можуть не мати необхідних навичок, що дозволяють справлятися з проблемами в спілкуванні. При цьому часто вони можуть перевершувати своєю ерудицією і вміннями дітей, що ходили в дитячий садок;

Хвороби. Існує маса розладів, які викликають глузування і знущання однолітків: епілепсія, тики і гіперкінези, заїкання, енурез (нетримання сечі), енкопрез (нетримання калу), порушення мови - дислалія (недорікуватість), дисграфія (безграмотне лист), дислексія (порушення навчання читання), дискалькулія (порушення навчання рахунку) і т. і.;

Низький інтелект і труднощі в навчанні. Низькі здібності детермінують і нижчу здатність до навчання дитини. Погана успішність формує низьку самооцінку: «Я не впораюся. Я гірше інших » і т. д. Низька самооцінка в одному випадку може сприяти формуванню ролі жертви, а в іншому -

насильницької поведінки як варіанту компенсації. Тому дитина з низьким рівнем інтелекту і труднощами в навчанні може стати як жертвою шкільного насильства, так і насильником.

Американські дослідження Д. Олвеуса дозволяють виділити два типи жертв: 1) не можуть приховати слабкості (діти, фізично слабкі, невпевнені, емоційно реагують діти, тривожні, а також такі, які вважають за краще суспільство вчителів суспільству однолітків); 2) діти, мимоволі провокують негативне до себе ставлення. До другої категорії відносяться неадекватно (занадто бурхливо) реагують на провокації (так, що їх поведінка викликає глузування у глядачів), неприємні в спілкуванні діти через поганих звичок (наприклад, неохайні), а також діти, що викликають активну неприязнь дорослих.

Найчастіше жертви булінгу мовчать про те, що над ними знущаються. Розпізнати, що щось не так, можна з поведінки і настрою дитини. Жертва, як правило, відчуває свою беззахисність і пригніченість перед кривдником. Ці відчуття ведуть до почуття постійної небезпеки, страху перед всім і вся, невпевненості і, як наслідок, до втрати поваги до себе і віри у власні сили. Іншими словами, дитина-жертва ставати дійсно беззахисним перед нападами хуліганів. Вкрай жорстокий булінг може підштовхнути жертву на зведення рахунків з життям. У зв'язку з цим оточуючим близьким людям необхідно проявляти граничну увагу навіть до незначної зміни в поведінці дитини.

Діти, які стали жертвами булінгу, виявляють такі особливості поведінки: прикидаються хворими, щоб уникнути походу в школу; бояться одні йти в школу і зі школи, просять проводити їх на уроки, спізнюються; поведінка і темперамент змінюються; явні симптоми страху, які полягають в порушеннях сну і апетиту, нічному крику, енурезі, заїкання і нервовому тику, нелюдимості і скритності; виявлення рваного верхнього одягу або пошкоджених речей; часті прохання дати грошей, злочинство; зниження якості навчання, втрата інтересу до улюблених занять; постійні садна, синці

та інші травми; мовчазність, небажання йти на розмову; як прояв крайнього ступеня - суїцид.

Людину, яку вибрали жертвою і яка не може постояти за себе, намагаються принизити, залякати, ізолювати від інших різними способами.

Найпоширенішими формами булінгу є:

- словесні образи, глузування, обзивання, погрози;
- образливі жести або дії, наприклад, плювки;
- залякування за допомогою слів, загрозливих інтонацій, щоб змусити жертву щось зробити чи не зробити;
- ігнорування, відмова від спілкування, виключення із гри, бойкот;
- вимагання грошей, їжі, речей, умисного пошкодження особистого майна жертви.
- фізичне насилля (удари, щипки, штовхання, підніжки, викручування рук, будь-які інші дії, які заподіюють біль і навіть тілесні ушкодження);
- приниження за допомогою мобільних телефонів та інтернету (СМС-повідомлення, електронні листи, образливі репліки і коментарі у чатах і т.д.), поширення чуток і пліток.

Види булінгу можна об'єднати у групи словесного (вербального), фізичного, соціального (емоційного) й електронного (кібербулінг) знуцання, які часто поєднуються для більш сильного впливу.

70 % знуцань відбуваються словесно: принизливі обзивання, глузування, жорстока критика, висміювання та ін. На жаль, кривдник часто залишається непоміченим і непокараним, однак образи безслідно не зникають для «об'єкта» приниження.

Фізичне насильство найбільш помітне, однак становить менше третини випадків булінгу (нанесення ударів, штовхання, підніжки, пошкодження або крадіжка особистих речей жертви та ін.).

Найскладніше зовні помітити соціальне знуцання — систематичне приниження почуття гідності потерпілого через ігнорування, ізоляцію, уникання, виключення.

Нині набирає обертів кібербулінг. Це приниження за допомогою мобільних телефонів, інтернету. Діти реєструються в соціальних мережах, створюють сайти, де можуть вільно спілкуватися, ображаючи інших, поширювати плітки, особисті фотографії або зроблені в роздягальнях чи вбиральнях.

Жертви булінгу переживають важкі емоції – почуття приниження і сором, страх, розпач і злість. Булінг вкрай негативно впливає на соціалізацію жертви, спричиняючи:

- неадекватне сприймання себе – занижену самооцінку, комплекс неповноцінності, беззахисність;
- негативне сприймання однолітків – відсторонення від спілкування, самотність, часті прогули у школі;
- неадекватне сприймання реальності – підвищену тривожність, різноманітні фобії, неврози;
- девіантну поведінку – схильність до правопорушень, суїцидальні наміри, формування алкогольної, тютюнової чи наркотичної залежності.

1.3 Основні причини прояву у дітей булінгу в умовах загальноосвітньої школи

Практичний досвід, спостереження показують: школа не випадково опинилася сьогодні в епіцентрі дитячого булінгу. Причинами є такі підстави: дитяча популяція є різноманітність різних соціальних верств населення; превалює виключно дидактична спрямованість навчання; мають місце навчальні та емоційні перевантаження; не завжди благополучні взаємини в учительському середовищі; велика завантаженість педагогів і слабо виражений індивідуальний підхід до дитини, а також соціалізаційна роль освітнього закладу з обов'язковими вимогами до учнів і їх соціальному вихованні.

З точки зору Н.О. Зинов'євої і Н.Ф. Михайлової, шкільному булінгу сприяють[26]:

Анонімність великих шкіл і відсутність різноманіття вибору. У великому шкільному колективі до насильства повертає велика анонімність, тобто менша ймовірність виявлення акту насильства і його обмеження, в силу того, що вчителю важко «дійти» до кожного, заглибитися в його проблеми.

Несприятливий емоційно-психологічний мікроклімат у педагогічному колективі. Насильство в поведінці вчителя обумовлено тими ж факторами, що і у дітей. Дратівливість, незадоволеність педагогів може вихлюпуватися і переходити в агресію по відношенню до дітей. Нерідко професійне вигорання вчителя часто зганяють на учнях.

Байдужість і байдуже ставлення. Перевантажені роботою вчителя часто не втручаються, вважаючи за краще залишати рішення ситуації самим дітям.

Проблема булінгу в школі до сих пір не отримала належної уваги в нашій країні. Як і будь-яке явище, у шкільного цькування є причини. Вони пов'язані як із зовнішніми факторами (ситуацією взаємодії, особливостями однокласників, поведінкою дорослих), так і з особистісними особливостями самих дітей, включених в ситуацію шкільної цькування. З точки зору соціальної значущості, пережите до себе принижує ставлення з боку інших дітей у частині постраждалих викликає соціально небезпечні форми поведінки: прояв замкнутості, насильство, суїцидальність і залежно від інтернету, ігр та телебачення. Виникаючі складності у взаємодії з оточуючими можуть проявитися і в юності, і в молодості, і навіть в зрілому віці. У науці існує кілька підходів до пояснення природи агресії. Розглянемо деякі з них.

Основні вітчизняні керівництва і довідники визначають агресію як явище неодмінно негативне:

Агресія - почуття ворожості і злостивості, думки або дії по відношенню до будь-якого об'єкта або людини.

Агресія - мотивована деструктивна поведінка, що суперечить нормам і правилам співіснування людей у суспільстві, що завдає шкоди об'єктам нападу, що приносить фізичний збиток людям або викликає у них психологічний дискомфорт (стан напруженості, страху, пригніченості).

У психоаналітичному підході (З. Фрейд) агресія розглядається як породження інстинкту боротьби, поряд з інстинктами життя, еросу, смерті, руйнування. З. Фрейд, досліджуючи природу агресії, припустив, що в людині безперервно виробляється агресивна енергія, яку він періодично «викидає», навіть іноді без видимої причини.

У етологічному підході (К. Лоренц) [28] стверджується, що агресія є невід'ємною частиною людської природи і бере свій початок з природженого інстинкту боротьби за виживання.

Булінг може виникати і як механізм самозахисту, як прояв страху або тривоги в тих випадках, коли дитина бачить реальну або вдавану небезпека. Виявляючи агресивність, вона прагне захистити себе, захистити від того, з чим по-іншому не може впоратися. У неї створюється ілюзія сміливості. Згідно Е. Еріксону, ворожість і агресивність зв'язується у дитини, коли ще будучи ще малою, з несформованістю на першому році життя базисної довіри до світу. Ступінь розвитку почуття довіри до людей і до світу залежить від якості одержуваної ним материнської турботи. Повноцінна материнська турбота забезпечує дитині впевненість у собі, не боязнь проявляти ініціативу, допускати помилки і т.д. Якщо ж дитина не отримує повноцінної материнської турботи, то у неї виробляється і закріплюється власна захисна реакція у вигляді агресивних форм поведінки.

Однією з причин виникнення булінгу, як вважає А. Адлер, є прагнення до подолання почуття неповноцінності, яке дитина переживає досить довго. Незрілість, несамостійність, невпевненість призводять до хворобливого переживання свого підлеглого положення, з'являється прагнення будь-що-будь досягти переваги над більш сильними і умілими. Звичайно, це причина соціально-педагогічного порядку. Дорослі, які не вміють або не хочуть

зрозуміти почуття своєї дитини, які принижують його, показують свою перевагу, стимулюють виникнення агресивної поведінки.

Дослідник Козлова С.А. зазначає: «Агресивність, якщо вона і закладена в людині як механізм захисту, може набувати негативні або щодо позитивні форми прояву в залежності від того соціального середовища, в якому росте і розвивається дитина, від характеру соціального досвіду, який він набуває, живучи серед людей. Існує певна залежність булінгу від структури сім'ї, від створених в ній взаємин».

Велика схильність до насильства, як підкреслює І.Г. Малкіна-Пих, виявляється у дітей, які виходять з наступних сімей:

Неповні сім'ї. Дитина, яка виховується батьком-одинаком, більше схильна до застосування емоційного насильства по відношенню до однолітків. Причому дівчинка в такій сім'ї частіше буде застосовувати до інших емоційне насильство, ніж хлопчик.

Сім'ї, в яких у матері відзначається негативне ставлення до життя. Матері, які не довіряють світу дитини і школі, як правило, не бажають співпрацювати зі школою. У зв'язку з цим прояв насильства у дитини матір'ю не засуджується і не коригується. У таких випадках матері схильні виправдовувати насильство як природну реакцію на спілкування з «ворогами».

Владні і авторитарні сім'ї. Виховання в умовах домінуючою гіперпротекції характеризується безумовним підпорядкуванням волі батьків, тому діти в таких сім'ях часто «задавлені», а школа служить «каналом», куди вони вихлюпують внутрішньо придушений гнів і страх.

Сім'ї, які відрізняються конфліктними сімейними відносинами. У сім'ях, де дорослі часто сваряться і лаються, агресивно самостверджуючись в присутності дитини, працює так звана «модель навчання». Діти засвоюють і в подальшому застосовують її в повсякденному житті як спосіб справлятися з ситуацією. Таким чином, одна модель поведінки може передаватися з покоління в покоління як сімейне прокляття. Сама по собі фруструється і

тривожна атмосфера сім'ї змушує дитину захищатися, вести себе агресивно. У таких сім'ях практично відсутня взаємна підтримка і близькі стосунки. Діти з сімей, в яких практикується насильство, оцінюють насильницькі ситуації інакше, ніж інші діти. Наприклад, дитина, яка звикла до насильницької комунікації - наказовому, підвищеного тону, - оцінює його як нормальний. Отже, в покрикуваннях і побоях, як з боку вчителя, так і з боку дітей, вона не буде бачити нічого особливого.

Сім'ї з генетичною схильністю до насильства. У дітей є різна генетична основа толерантності (переносимості) стресу. Діти з низькою толерантністю до стресу схильні до насильницьких дій.

Розглянемо найбільш поширені «сімейні» причини виникнення булінгу, які відзначають такі автори як Л. Берковіц , Р. Берон і Д. Річардсон , Л.К. Семенюк та ін.

Неприйняття дітей батьками. Нерідко напади агресивності проявляються у небажаних дітей. Деякі батьки бувають не готові до появи у них дитини, але через неможливість абортів за медичними показниками дитина на світло все-таки з'являється. Хоча батьки можуть не говорити йому прямо, що його не чекали і не хотіли, він це відчуває, тому що «зчитує» інформацію з їх жестів і інтонації. Такі діти намагаються будь-якими способами довести, що мають право на існування, що вони хороші. Вони намагаються завоювати таку необхідну їм батьківську любов і, як правило, роблять це досить агресивно.

Неповага до особистості дитини. Агресивні реакції можуть бути викликані некоректною і нетактовною критикою, образливими і принизливими зауваженнями з боку дорослих - всім тим, що здатне пробудити не тільки гнів, а й відверту лють. Неповага до особистості дитини, публічні зневажливі висловлювання на його адресу породжують у нього глибокі і серйозні комплекси, викликають невпевненість в собі і своїх силах.

Заборона на фізичну активність. Якщо дитина цілий день не мала можливості відкрито проявляти свої емоції, як позитивні, так і негативні, не

могла фізично розрядитися, то її агресія буде обумовлена нагромадженням надлишком енергії, яка, як відомо, не має властивості зникати безслідно.

Невдоволення собою. Часто це викликається не об'єктивними причинами, а відсутністю емоційного заохочення з боку батьків, що призводить до того, що діти не навчаються любові до себе. Для дитини (як і для дорослого) життєво важливо, щоб її любили не за щось, а просто як таку - невмотивовано. Найжорстокіше покарання не завдає дитині такої непоправної шкоди, як відсутність любові до себе і заохочення. Якщо дитина не любить себе, вважає себе негідним любові, то вона не любить і інших. В цьому випадку агресивне ставлення до світу з її боку цілком логічно.

Вплив продуктів харчування. Агресивність дитини може бути обумовлена харчуванням. Доведено взаємозв'язок між підвищенням тривожності, нервозності і агресивності і вживанням шоколаду. За кордоном проводяться дослідження, які вивчають взаємозв'язок між вживанням чіпсів, гамбургерів, солодкої газованої води і підвищеною агресивністю. Численними дослідженнями доведено вплив холестерину, що міститься в крові, на агресивність людини (в тому числі на характер самої агресії). Так, знижений рівень холестерину відзначений в крові у більшості самогубців і тих, хто здійснював спроби самогубства. Низький рівень холестерину веде до пасивної агресивності.

Вплив шуму, вібрації, тісноти, температури повітря. Вченими доведено, що найчастіше гострі конфлікти виникають в спеку. І це не дивно, так як спека - стрес для нашого організму. А тому ми стаємо особливо дратівливі і збудливі саме в спеку. Тіснота - ще один могутній провокатор нашої агресивності. На дитину тіснота діє не менше сильно, ніж на дорослих. Бажано тому, щоб у дитини була своя кімната. Якщо такої можливості немає, потрібно виділити їй власний куточок в одній з кімнат, щоб вона не відчувала себе обмеженою.

Необхідно також відзначити, що на агресивну поведінку дітей істотно впливає телебачення. Суть проблеми можна висловити словами одного

американського політика: «Будь-яке телебачення є освітнім. Питання лише в тому, чому воно вчить ... ». Найбільшою мірою проблема «агресивного ТВ» вивчалася соціальними психологами США (С. Фешбах, А. Сігал, Е. Маккобі, А. Бандура, Л. Берковіц та ін.). Експерт з питань телебачення О. Ларсен підрахував, що «... середній 18-річний американський підліток вже має на своєму» рахунку »1700 годин, проведених перед телевізором, і 15 тисяч спостережуваних актів вбивств». Вітчизняна статистика з проблеми «агресивного телебачення», на жаль, практично відсутня, хоча для неї в цій галузі, безсумнівно, знайшлося чимало такого, що варто було б поррахувати, особливо за останні роки. З огляду на чітко виражену орієнтацію телебачення багатьох пострадянських республік на західну, зокрема американську, культуру, можна зробити висновок про те, що позначена проблема в повному обсязі стосується і вітчизняної молоді.

Крім того, за булінгом нерідко стоять соціально-економічні чинники, наприклад, майнова, соціальна і етнічна нерівність. Хлопчики з бідних і неблагополучних сімей зганяють свої фрустрації на більш благополучних однолітків, змушуючи їх відчувати страх і одночасно почуття власної неповноцінності в порівнянні з більш сильними, мужніми, некерованими і крутими вихідцями з низів. В результаті створюється якийсь суперечливий симбіоз, коли підлітки і юнаки з різних соціальних верств одночасно ненавидять і нестримно залучають один одного.

На думку Е.В. Гребенкіна, на агресивну (булінгову) поведінку дітей впливає комплекс факторів:

- персональні чинники (низький рівень виховання, неадекватна занижена самооцінка, висока імпульсивність, зловживання алкоголем, наркотиками, комп'ютерними іграми, готовність до ризику, обмежене почуття самозбереження);

- поведінкові фактори (поведінка, що створює перешкоди для оточуючих, вандалізм, безцільне проведення часу, прогули і слабка

успішність в школі, ранні сексуальні контакти, приводи в міліцію і рання судимість);

- соціальні фактори (культ насильства в суспільстві, вплив ЗМІ, поведінка, що відхиляється батьків, низький соціально-економічний статус сім'ї, залежність від соціальної допомоги, зміна вихователів (вітчим, мачуха), сімейне і сексуальне насильство, друзі з поведінкою, що відхиляється). Всі ці фактори можуть стати передумовою для прояву випадків булінгу в дитячому колективі.

Таким чином, з вищесказаного випливає, що деякі бачать в булінгу спосіб самореалізації, інші горять бажанням стати більш популярним і здаватися сильніше за допомогою булінгу, треті хочуть привернути увагу або ж залякати оточуючих, четверті притягують заздрість до жертви, п'яті могли самі колись страждати від хуліганів свого часу, і так зганяти свою злість на інших; а деякі просто не розуміють всю неправильність своєї поведінки і як це може відбитися на жертві тому дуже важливо, щоб у підростаючого покоління були сформовані інші способи поведінки в стані фрустрації. Це, перш за все, вміння рахуватися з почуттями іншої людини, а також здатність переоцінити ситуацію, переключитися на іншу мету, знайти інші способи для досягнення своєї мети.

РОЗДІЛ 2

ПРОФІЛАКТИКА У ДІТЕЙ БУЛІНГУ В ПЕДАГОГІЧНІЙ ПРАКТИЦІ

2.1. Профілактика у початковій школі булінгу в педагогічній практиці

Профілактика булінгу передбачає роботу за наступними напрямками:

1. Ознайомлення шкільної громади з особливостями поширення масових негативних явищ серед учнів загальноосвітніх шкіл та загальноприйнятими у світі поняттями «булінг», «третирування», «цькування» з огляду на розуміння проблеми насильства над дітьми та його видами (висвітлення матеріалів на педагогічних радах, засіданнях методоб'єднань класних керівників, батьківських зборах).

2. Просвітницька робота фахівців соціально-психологічної служби школи серед дітей та учнівської молоді щодо попередження насильства з використанням основних форм просвітницької роботи, а саме: лекційної роботи, міні-лекцій, круглих столів, бесід, диспутів, годин відкритих думок, усних журналів, кінолекторіїв, організації конкурсів, фестивалів, акцій, створення клубів із правових знань, організації на базі навчального закладу консультативних пунктів, де всі учасники навчально-виховного процесу можуть отримати консультації практичного психолога, соціального педагога, де можна провести зустрічі з працівниками правоохоронних органів.

3. Формування правосвідомості і правової поведінки учнів, відповідальності за своє життя, розвиток активності, самостійності, творчості учнів, створення умов для самореалізації особистості школярів.

4. Формування у педагогів та батьків навичок ідентифікації насильства як у своїй поведінці, так і в поведінці дітей з метою формування умінь виокремлювати існуючу проблему.

5. Створення у шкільному середовищі умов недопущення булінгу та відповідного середовища в освітній установі для профілактики та боротьби з негативними соціально-педагогічними наслідками цього явища.

6. Зміцнення захисних сил особистості та організму в протистоянні цькуванню як для умовно здорових дітей та підлітків, так і для тих, які вже мають соматичну або психічну патологію.

7. Проведення бесід з підлітками з метою профілактики булінгу, виступи провідних спеціалістів у системі профілактичної роботи щодо подолання різноманітних форм агресивної поведінки серед підлітків.

8. Визначення переліку організацій, установ, що допоможуть у розв'язанні даної проблеми.

9. Проведення конкурсів соціальної реклами та інформаційних буклетів з проблем профілактики негативних тенденцій у молодіжному середовищі.

10. Розробка пам'ятки для учнів «Скажімо насильству Ні».

11. Розробка програми роботи щодо профілактики булінгу серед підлітків.

12. Затвердження плану діяльності програми «Профілактика булінгу серед підлітків» у структурі діяльності соціально-психологічної служби школи: вибір основних напрямів профілактичної діяльності; форм і методів роботи; визначення професійних обов'язків суб'єктів соціально-педагогічної роботи.

13. Проведення соціально-педагогічних тренінгів, відеолекторіїв.

14. Планування узгодженої діяльності суб'єктів соціально-педагогічної діяльності (учителів, соціальних педагогів, практичних психологів, волонтерів).

15. Налагодження співпраці з центром соціальних служб сім'ї, дітей та молоді, службами у справах дітей, представниками ВНЗ, ЗМІ, позашкільними установами, недержавними організаціями.

16. Використання засобу шкільної медіації - вирішення конфліктних ситуацій шляхом примирення сторін за участі медіаторів через знаходження

оптимального варіанта подолання проблеми, що задовольняє обидві сторони, за взаємного бажання сторін знайти вихід із ситуації.

17. Робота з волонтерами: організація зустрічей волонтерів з представниками соціально-психологічної служби школи, вчителями, учнями та їхніми батьками, ознайомлення з ефективними формами та методами превентивної роботи.

В рамках профілактичної роботи у школі за представленими напрямками ми проводимо наступні заходи з попередження проявів булінгу, які мають систематичний характер:

- Круглий стіл із застосуванням медіа-презентації з вчителями школи на тему: «Психолого-педагогічна робота з подолання булінгу в підлітковому віці».
- Виступ психолога та соціального педагога на засіданні членів батьківських комітетів класів, батьківській конференції, батьківських зборах на тему «Булінг: причини, наслідки, методи профілактики та подолання негативного явища».
- Анкетування учнів з метою виявлення проявів насильства (див. додаток 1).
- Семінар з елементами тренінгу для учнів 6 - 9 класів «Профілактика булінгу серед підлітків» з метою формування в учнів громадянської відповідальності за наслідки асоціального способу життя.
- Бесіди психолога, соціального педагога з учнями на тему: «Я – повноцінна особистість держави», «Життя без агресії», «Дізнайся про свої права та обов'язки» з метою формування прагнення підлітків до ведення здорового способу життя; обізнаності учнів у негативізмі булінгу та його наслідків, попередження насильницької поведінки учнів.
- Тренінги з учнями на тему на вибір: «Як я вмію стримувати негативні емоції. Профілактика проявів агресії», «Умій сказати Ні», «Ми проти насильства у школі», «Формування навичок комунікації»,

«Формування відповідальності щодо власної поведінки», «Ми – проти агресії».

- Проведення зустрічей, круглих столів, диспутів, годин відкритих думок, конференцій для неповнолітніх зі шкільним офіцером поліції, спеціалістами правоохоронних та кримінальних відділів поліції, служб соціального захисту, медичних установ та інших зацікавлених організацій на тему «Ми - за життя без насильства», «Права та обов'язки школярів» тощо.

- Запровадження програми правових знань у формі гурткової та факультативної роботи.

- Створення інформаційних куточків для учнів із переліком організацій, до яких можна звернутися у ситуації насилля та правопорушень.

- Створення на базі школи алгоритму реагування на випадки насильства серед дітей: чіткий алгоритм можливих дій, відповідальності та компетенції вчителя, представників адміністрації, психолога і соціального педагога; встановлення їх ролі та обсягу обов'язків у цьому алгоритмі.

- Бесіди з батьками учнів щодо профілактики булінгу та правил спілкування з дітьми, що потерпають від третирування (див. додаток 2).

- Виготовлення та розповсюдження учнями профілактичних та пропагандистських буклетів «Явище булінгу – руйнація суспільства».

- Розробка та використання в роботі соціально-психологічної служби школи «Пам'ятки школяру» (див. додаток 3).

Працівники школи мають реагувати на прояви булінгу за відповідною схемою:

Технології реагування працівників школи на виявлені або встановлені факти булінгу:

- При встановленні факту або підозрі на наявність булінгу батьки або вчитель повідомляє про це адміністрацію закладу.

- Адміністрація спільно із соціально-психологічною службою школи невідкладно реагує на представлені факти.

- Безпосередня робота класного керівника, практичного психолога та соціального педагога з булерами та жертвами.
- Бесіда з учнями класу щодо з'ясування проявів булінгу.
- Бесіда окремо з булерами та окремо з жертвами третирування.
- Бесіда окремо з батьками булерів та окремо з батьками жертв булінгу щодо ситуації, що склалася та визначення шляхів її подолання.
- Відпрацювання навичок поведінки жертв та виведення їх зі стану жертви.

Рекомендації класному керівникові у випадку, якщо цькування в класі вже почалося:

Важливо оголосити дітям, як ви до цього ставитеся. Говоріть не про жертву, а про кривдників, фокусуйтеся на їх неприпустимих якостях. Наголосіть, що ви будете дуже засмучені, якщо дізнаєтеся, що у вашому класі є діти, яким приємно когось ображати і мучити. Твердо акцентуйте, що така поведінка неприпустима, і ви в своєму класі цього терпіти не маєте наміру. Зазвичай цього буває достатньо, щоб кривдники припинили (вони часто боязливі). На тлі затишшя можна приймати заходи по підвищенню статусу дитини-жертви і знайти для нього комфортне місце у класному колективі.

Перш за все поговоріть з дитиною, що постраждала та виступає в ролі жертви. Поясніть їй, що ви не зможете захищати її, якщо не будете твердо впевнені, що сама вона не провокує булерів. Скажіть, що вам дуже важливо бути справедливим вчителем і нікого не карати марно; візьміть з дитини слово, що вона не буде переходити до помсти, навіть якщо її дражнять. По-друге, підкажіть дитині, як краще поводитися, щоб булери швидше припинили третирування. Кривдники отримують задоволення не від самого процесу виголошення образливих слів, а від ефекту, якого досягають. Коли жертва плаче, сердиться, намагається заперечувати, тікає, вони відчують свою владу над нею. Якщо ж колишня жертва відповідає сама весело і технічно, її перестають цькувати.

Поведінка дорослих (вчителів, психологів, соціальних педагогів та батьків) у спілкуванні з жертвами третирування має відповідати певним вимогам, оскільки від їхнього ставлення до проблеми та уміння контактувати з дитиною залежить вирішення ситуації. Дорослі, коли дитина повідомила, що вона є жертвою булінгу, мають говорити:

- Я вірю тобі. Це допоможе дитині зрозуміти, що ви готові допомогти їй вирішити цю проблему;
- Мені дуже шкода, що це відбулося з тобою. Дитина відчуватиме, що ви намагаєтесь зрозуміти її почуття.
- У цьому немає твоєї провини. Дитина розуміє, що вона не самотня в подібній ситуації, що деяким її одноліткам також доводиться відчувати або спостерігати різні варіанти залякувань, цькувань та агресії протягом навчання. Головне на цьому етапі – спрямувати зусилля на подолання проблеми.
- Добре, що ти зумів сказати мені про це. Це впевнить дитину в тому, що вона правильно вчинила, звернувшись по допомогу та підтримку.
- Я люблю тебе і намагатимусь зробити так, щоб тобі більше не загрожувала небезпека. Це допоможе дитині відчути допомогу, захист та дасть надію на покращення ситуації.

Пропонуємо перелік заходів, які повинен вжити педагог, щоб уникнути ситуації появи аутсайдера в дитячому колективі:

- з самого першого дня роботи з класом слід припинити глузування над невдачами ровесників. Всі ми можемо помилятися, і кожен з нас має право на помилку;
- також слід уникати висміювання, перехвалювання, наклеювання ярликів та зайвого порівняння дітей, не допускати віддавання переваги деяким учням, не підтримувати глузувань, насмішок на адресу певних осіб, суворо припиняти їх, розбір помилок необхідно робити не називаючи прізвищ або індивідуально;
- підтримувати дітей, що стали жертвами;

- якщо репутація дитини якимось чином зіпсована, необхідно дати їй можливість показати себе у вигідному світі, підтримати її досягнення;

- треба заохочувати дитину приймати участь у загальних заходах;

- непопулярних дітей дуже травмує ситуація, коли при розподілі на пари їх ніхто не обирає; якщо команда програє також можуть звинуватити цю дитину; треба продумувати вибір командних ігор та заходів;

- планомірно працювати з родинами, обов'язково цікавитися у батьків про проблеми дитини (заїкання, енурез, інші хвороби);

- підтримувати в учнів адекватну самооцінку;

- контролювати ситуації виникнення цькування та невідкладно реагувати на них;

- у разі виявлення булінгу - невідкладно поговорити з переслідувачами та з'ясувати, чому вони пристають до жертви, звернути увагу на почуття жертви;

- вчити учнів бути толерантними, емпатійними до однокласників, вміти допомагати та підтримувати один одного у скрутних ситуаціях, вміти регулювати власну поведінку, не піддаватися на провокацію, вміти сказати «ні», не терпіти знущань, не соромитись привернути увагу до себе та своїх проблем, звертатись по допомогу до дорослих;

- акцентувати увагу учнів на дотриманні правил поведінки у школі.

Алгоритм діяльності шкільних практичних психологів при виникненні ситуацій булінгу:

- Ознайомлення учасників навчально-виховного процесу з нормативно - правовою базою та регулюючими документами щодо превенції проблеми насилля в освітньому середовищі.

- Ініціювання, обговорення та планування спільних дій адміністрації, соціально-психологічної служби, педагогічного колективу, учнівського самоврядування та батьківської громадськості, спрямованих на подолання виявлених недоліків у роботі навчального закладу з окресленої проблеми.

- Накопичення матеріалів, що підтверджують актуальність проблеми у певному класі. Збір необхідної інформації психологом та соціальним педагогом про прояви булінгу серед підлітків у загальноосвітньому навчальному закладі.
- Діагностика психологічної атмосфери, системи взаємостосунків між однокласниками, соціометрія у класних колективах, де виявлено булінг.
- Виявлення булерів, а також - реальних та потенційних жертв.
- Створення умов недопущення явища булінгу.
- Швидке і грамотне роз'єднання жертви з відповідними стресовими впливами булерів.
- Роль учителя у такому алгоритмі має бути чітко визначена і досить обмежена. Учитель має надавати дитині-агресору та постраждалій дитині лише первинну допомогу, а потім передавати її фахівцям соціально-психологічної служби школи.
- Узагальнення результатів спостережень та діагностики психологічної атмосфери у класному колективі.
- Визначення переліку можливих дій, спрямованих на припинення агресивної поведінки учнів. Вибір найефективніших способів досягнення мети.
- Індивідуальна або групова (за необхідністю) психологічно-корекційна робота з жертвами булінгу.
- Проведення семінарів, тренінгів, круглих столів, годин відкритих думок, бесіди з учнями щодо переваги здорового мікроклімату у класному колективі над проявами насильства.
- Коригування наявних агресивних форм поведінки булерів та формування нових форм поведінки учнів переважно за допомогою прикладу педагогів.
- За необхідності - залучення інших фахівців: психологів, психотерапевтів, представників служб у справах дітей, кримінальної поліції, громадських організацій тощо.

- Формування у педагогів навичок ідентифікації насильства як у своїй поведінці, так і в поведінці дітей з метою формування єдиного погляду на існуючу проблему. Недопущення проявів психологічного насильства до дітей з боку вчителів у вигляді порівнянь, навішування ярликів, ігнорування почуттів дітей та їхніх скарг на цькування.

- Подолання егоцентризму в учнів та розвиток у них емпатійних якостей, асертивних та гуманістичних комунікативних здібностей, адекватної самооцінки, самоконтролю та здатності до саморозвитку, критичності мислення, соціальної адаптованості та індивідуальних механізмів подолання важких станів і переживань.

- Формування у жертв булінгу ціннісного ряду, способів соціалізації, стійкого ставлення до негативних явищ та негативних почуттів.

- Робота з класним колективом з корекції поведінки, покращення взаємостосунків та надання допомоги дитині-агресору та дитині - жертві.

- Робота з дітьми що мають прояви агресивної поведінки спрямована на:

- заміщення агресії серед дітей, які схильні до агресивного ставлення до інших;

- розвиток соціальних та комунікативних навичок, індивідуального виявлення та призупинення проявів агресії, заміни агресивної поведінки на асертивну, формування та розвиток загальнолюдських моральних цінностей, толерантності.

- корекцію взаємовідносин з оточуючими;

- подолання характерної риси агресорів - егоцентризму;

- розвиток стійкого і виразного інтересу до якого-небудь виду діяльності;

- виховання вольових рис характеру: уміння доводити справу до кінця, досягати поставленої мети, уміння стримувати себе у конфліктній ситуації;

- тренування уваги, спокою, терпіння;

- формування вміння аналізувати свої почуття і почуття інших людей, а також вміння із розумінням ставитися до індивідуальних відмінностей у різних людей, виробляти навички справлятися з міжособистісними проблемами цивілізованим шляхом;

- не доручати дітям із вираженою агресивністю керівництво однолітками чи молодшими дітьми - це може спровокувати прояви жорстокості;

- зняття емоційної та м'язової напруги за допомогою елементів арт-терапії, малювання, ліплення, орігамі, роботи з кляксами, слухання музики, споглядання картин, використання «мішечку для крику», рухливих ігор, маніпуляції зі старим папером або газетами, «листочками гніву», робота з легенькими м'ячиками, які можна кидати в мішень, м'якими подушками, які можна копати, жбурляти, штовхати;

- навчання навичкам розпізнання і контролю негативних емоцій, формування у дітей потреби говорити про свої проблеми, профілактика накопичення негативних емоцій за допомогою методики «Камінчик у черевичку»;

- формування здатності до емпатії, довіри, співчуття застосування технології «Я - повідомлення», яка дозволяє щиро говорити про свої почуття та емоції, не звинувачуючи ні в чому інших людей.

Наведений матеріал дає змогу комплексно працювати з проблемою булінгу у шкільному середовищі.

2.2. Результати емпіричного дослідження в рамках профілактики у дітей булінгу

Метою роботи стало дослідження соціально-психологічних і особистісних аспектів булінгу в колективах молодших школярів.

Відповідно до гіпотез, поведінка, що класифікується як булінг, може бути пов'язана з такими соціально-психологічними характеристиками, як соціометричний статус і соціальна роль дитини в колективі, а також з особистісними рисами агресивності, демонстративності, тривожності, імпульсивності й заздрісності.

Виходячи з мети й гіпотез дослідження були сформульовані наступні завдання:

1. Виявити поширеність різних форм булінгу серед учнів молодших класів.
2. Порівняти власну оцінку схильності до булінгу в самих учнів з її оцінкою з боку вчителів.
3. Проаналізувати зв'язок схильності до булінгу з показниками соціального статусу.
4. Виявити зв'язок схильності до булінгу із властивою для учня соціальною роллю агресора, жертви або захисника.

Визначити зв'язок схильності до булінгу з особистісними рисами демонстративності й тривожності. Перевірити відношення між схильністю до булінгу й заздрісністю.

В дослідженні взяли участь 89 учнів загальноосвітньої школи КЗ «Приморсько ЗОШ» I- III ст.. с. Приморського Василівський р-н; Запорізької обл, з 2 по 4 класи, 31 дівчинка й 58 хлопчиків. Діапазон віку: 6-10 років, медіана – 8. Дослідження проводилось в рамках психодіагностичної роботи практичного психолога в школі. Тривалість обстеження кожної групи (класу) - 2 уроки, тобто 1,5 астрономічних години (у цей же час вчителем заповнювалась анкета). Психологічне тестування учнів було організовано на добровільній основі, та всі учасники охоче погодилися на взаємодію із психологом.

В дослідженні використовувались наступні психодіагностичні інструменти:

1. Метод соціометрії. Тип соціометрії – параметричний, кількість виборів – від 0 до 6-ти.

2. Два критерії – емоційний і діловий. Індeksi, що інтерпретуються, за кожним критерієм: загальний соціометричний статус, позитивний соціометричний статус, негативний соціометричний статус, індекс загальної емоційної експансивності, індекс позитивної експансивності, індекс негативної експансивності, індекс обсягу взаємодії.

3. Тест-опитувальник «Драматичний трикутник» О.Ю. Ніконової на основі моделі аналізу відносин С. Карпмана.

4. Проективний тест «Кактус» М.А. Панфілової.

5. Експеримент на заздрісність. В ньому учням пропонувалися три завдання з цукерками, де перевірялося різними способами, чи погодиться дитина позитивним чином вплинути на те, отримає або ні інша дитина додаткові цукерки. За кожною задачею досліджуваний отримував 0 балів, якщо він виявить альтруїзм, або 1 бал – якщо проявить заздрість. Діапазон балів за методом – від 0 до 3-х.

6 Авторська анкета булінга для дітей. Анкета складалася з 32 затверджень, 16 з яких були буферними. Твердження утворювали 4 шкали відповідно до форм булінгу: вербальні знущання (обзивання, висміювання тощо), фізичні знущання (плювання, удари, ховання та пошкодження речей

тощо), моральне пригнічення (негативна міміка, розиграши, покарання, вираження антипатії), заборони й ігнорування (заборона спілкуватися, робити щось, виключення з сумісних дій, бойкотування). Анкета пропонувалась під назвою «Питання з уміння дружити й постояти за себе». За кожне згадування дитиною використання нею певної форми булінгу надавався 1 бал, тобто загалом за анкетною можна було набрати від 0 до 16 балів, за кожною шкалою – від 0 до 4 балів.

7 Авторська анкета для класних керівників. Анкета являла собою короткий опис поняття «булінг», інструкцію й список учнів за абеткою.

Необхідно було оцінити схильність до булінгу кожної дитини за 4-х бальною шкалою.

Методи обробки даних: створення бази даних, пошук середніх, побудова діаграм виконані у програмі MS Excel 2003, перевірка достовірності розходжень між групами за U-критерієм Манна-Уїтні, кореляційний аналіз Спірмена, перевірка нормальності розподілу за критерієм Колмогорова-Смірнова виконані у програмі StatSoft STATISTIKA 6.0.[10,11,12].

Результати

Аналіз поширеності форм булінгу серед учнів молодшої школи виявив, що найчастіше дітьми використовуються заборони та ігнорування, які є найбільш прихованою формою цькування, на другому місці за частотою використання знаходяться вербальні знущання та моральне пригнічення, і найрідше діти вдаються до фізичних знущань – див. мал. 1

Поширеність форм булінгу серед молодших школярів



Рис. 1. Частота використання основних форм булінгу молодшими школярами

Розподіл дітей за кількістю обраного арсеналу булінгу відбувався за правилом $M \pm 3S$, де M – середнє арифметичне (6,03 балів), S – стандартне відхилення (4,8 балів): дітей, що не обрали жодного прояву булінгу або обрали лише один відносно до категорії «низька схильність до булінгу», дітей, що використовують в своєму арсеналі від 2 до 10 проявів булінгу віднесено до групи «середня схильність до булінгу», і учнів, що обрали від 11 до 16 проявів булінгу в нашій анкеті віднесено до категорії «висока схильність до булінгу». Таким чином, 25 % молодших школярів виявилися з низькою схильністю до булінгу, 54 % дітей – з середньою схильністю до булінгу, 21 % учнів – з високою схильністю до булінгу.

Мал. 2.1 Частота використання основних форм булінгу молодшими школярами

Розподіл дітей за кількістю обраного арсеналу булінгу відбувався за правилом $M \pm 3S$, де M – середнє арифметичне (6,03 балів), S – стандартне відхилення (4,8 балів): дітей, що не обрали жодного прояву булінгу або обрали лише один віднесено до категорії «низька схильність до булінгу», дітей, що використовують в своєму арсеналі від 2 до 10 типів булінгу віднесено до групи «середня схильність до булінгу», і учнів, що обрали від 11 до 16 проявів булінгу в нашій анкеті віднесено до категорії «висока схильність до булінгу». Таким чином, 25 % молодших школярів виявилися з низькою схильністю до булінгу, 54 % дітей – з середньою схильністю до булінгу, 21 % учнів – з високою схильністю до булінгу, що відповідає нормальному розподілу за критерієм Колмогорова-Смірнова ($p > 0,05$).

Розходження за усіма шкалами булінгу між групами хлопчиків і дівчат статистично значущі.

Вербальні знущання ($U=885,0$, $p=0,015$), фізичні знущання ($U=861,5$, $p=0,005$), моральне пригнічення ($U=839,0$, $p=0,006$), заборони й ігнорування ($U=908,5$, $p=0,027$). За усіма формами булінгу сума рангів вище у хлопчиків.

Оцінка учнями власної схильності до цькування ровесників не співпадає з оцінкою, наданою класними керівниками, про що говорить відсутність значущою кореляції між анкетами учнів та вчителів.

Значущі кореляції отримані між схильністю до булінгу та соціометричними індексами. Прояв вербальних знущань прямо пов'язаний з негативним соціальним статусом учня за емоційним критерієм ($R=0,25$, $p=0,01$). Також з даним негативним статусом пов'язане використання морального пригнічення ($R=0,21$, $p=0,03$). Така форма булінгу як фізичне знущання негативно пов'язана із загальним індексом експансивності досліджуваного за емоційним критерієм ($R=-0,20$, $p=0,04$). З індексом емоційної експансивності також зворотно корелюють заборони й ігнорування ($R=-0,21$, $p=0,04$).

Аналіз зв'язків схильності до булінгу з соціальною роллю дозволив виявити, що використання вербальних знущань прямо пов'язане із

соціальною роллю агресора ($R=0,37$, $p<0,001$), прояв фізичних знущань – з роллю як жертви ($R=0,29$, $p=0,003$), так і агресора ($R=0,48$, $p<0,001$), моральне пригнічення прямо корелює з роллю агресора ($R=0,38$, $p<0,001$), та заборони й ігнорування також прямо пов'язані з агресивною соціальною роллю ($R=0,43$, $p<0,001$).

Кореляційний аналіз схильності до булінгу з психологічними рисами агресивності, тривожності та демонстративності, які виявлялися за проективною методикою «Кактус», дозволив знайти негативний зв'язок такої форми булінгу, як заборони й ігнорування, з демонстративністю ($R=-0,20$, $p=0,043$) і позитивний – з тривожністю ($R=0,21$, $p=0,035$).

Булінг за допомогою заборон і ігнорування виявився пов'язаним прямим кореляційним зв'язком з рівнем заздрісності: $R=0,24$, $p=0,01$.

Найбільш поширеною формою булінга в даному дослідженні молодших школярів виявились заборони та ігнорування. Це такі форми, які потребують узгоджених дій від кількох осіб, та вони є найбільш непомітними з боку вчителів та вихователів. Вербальні знущання та моральне пригнічення використовуються з однаковою частотою на другому місці, а фізичні знущання використовуються дітьми дуже рідко як недозволена форма поведінки, за якою скоріше за все прослідують покарання. В нашому попередньому пілотажному дослідженні з 30-ми особами були отримані частково інші результати, зокрема, заборони та ігнорування зустрічалися найрідше, а на другому місці були фізичні знущання, які зараз відійшли на останнє місце. Таке розходження можна пояснити тим, що контингент у різних школах може дещо відрізнятися, також як і загальна виховна атмосфера. Проте результати даного дослідження можна вважати більш надійними через значний обсяг і репрезентативність вибірки.

Те, що співпало в обох дослідженнях – це висока поширеність вербальних знущань, які у пілотажному дослідженні були на першому місці, а зараз зайняли друге місце за частотою.

Діти розділяються у відсотковому відношенні за загальною схильністю до використання булінгу відповідно нормальному розподілу: половина учнів в середньому схильна до проявів булінгу, і приблизно по $\frac{1}{4}$ частині досліджених припадає на низький та високий рівні булінгу. Нормальному розподілу зазвичай відповідають ознаки, які мають більш біологічну, ніж соціально-культурну природу, що може свідчити на користь етологічної концепції пояснення феномену булінгу як механізму побудови групових ієрархій.

Те, що не було знайдено кореляцій оцінок схильності до булінгу з боку вчителів та учнів можна пояснити тим, що булери вдаються до хитрощів, приховуючи власну поведінку від дорослих, аби уникнути покарання. Можливо вчителі не намагаються розібратися зі справжніми стосунками між учнями, якщо це їм не заважає досягати власних цілей.

Серед соціометричних індексів з булінгом виявились пов'язаними негативний емоційний статус та позитивна експансивність. Тобто, чим більше негативних виборів отримує дитина, чим більше їй не довіряють, тим більше вона схильна до певних форм булінгу, зокрема до вербального й морального цькування. У свою чергу, чим більше виборів учень сам віддає за емоційним критерієм, тобто чим більше дитина осмислює сферу дружби й довіри, тим менше вона схильна до фізичних знущань та ігнорування оточуючих. Це свідчить, що булінг виконує компенсаторну функцію коли дитина не вміє позитивно спілкуватися та будувати відносини у колективі, бути привабливою для інших.

З'ясувалося, що діти, які схильні обирати роль «агресора», часто використовують у своїх діях усі прояви булінгу. Учні, що демонструють соціальну роль «жертви», теж схильні до використання фізичних знущань, можливо, як спосіб помститися за свої образи. Логічно, що використання ролі «захисника» не корелює зі схильністю до булінгу, тобто дитина, впевнена в собі настільки, що може захищати інших, не вдається, до цькування слабких членів колективу.

Те, що демонстративні діти не використовують заборони й ігнорування, можна пояснити тим, що вони звикли до більше помітних форм цькування, намагаючись привернути до себе увагу, а тривожні діти бояться відкрито знущатися з інших, тому їм комфортніше вдаватися до більш прихованої форми булінгу - заборон та ігнорувань.

Риса заздрісності та нездатності до альтруїзму пов'язана з таким «мовчазним булінгом», як заборони та ігнорування. Це прояв нетерпимості до певних переваг інших, завдяки чому ці переваги ігноруються разом з особистістю їх носія.

Показово, що не було виявлено зв'язку проявів булінгу з агресивністю. Це свідчить на користь того, що булінг – це скоріше форма статусної, ієрархічної, маніпулятивної, ніж справжньої агресивної поведінки, яка пов'язана зі спонтанно виникаючою деструктивною енергією (наприклад, садизмом).

1 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.

2 Вчителі не помічають схильності до булінгу серед своїх учнів і неправильно оцінюють здатність кожної дитини до цькування.

3 Учні, які у соціометричному опитуванні не обираються однолітками за емоційними симпатіями і довірою, в більшій мірі схильні до булінгу ніж інші. Учні, що мають бажання дружити з багатьма учнями і демонструють власну довіру і симпатію, мають низьку схильність до булінгу.

4 Учні, що використовують у соціальній взаємодії роль «агресора» схильні до всіх форм булінгу. Діти, які схильні до соціальної ролі «жертви» теж схильні до булінгу, зокрема до його фізичних проявів.

5 З агресивністю булінг статистично не пов'язаний, через що його можна вважати більш статусною поведінкою, ніж спонтанно агресивною. Це більш інструментальна, реактивна агресія (домінантність), ніж проактивна.

Демонстративні діти не використовують у власному арсеналі заборони та ігнорування, адже це не справляє яскравих вражень на інших. Тривожні діти найчастіше використовують такий вид булінгу як заборони та ігнорування, що є більш обережною стратегією поведінки[13, 14, 18].

6 Заздрісні діти схильні до використання заборон та ігнорування в міжособистісному спілкуванні, що також доводить інструментальність, а не спонтанність такої форми агресивної поведінки, як булінг.

Особистості, які не можуть отримати бажане і схильні до заздрощів, використовують булінг для зниження статусу тих, кому вони заздять, тим самим підвищуючи власний. Цим вони компенсують фрустровані потреби.

Наше дослідження показало, що явище шкільного булінгу властиво сучасним молодшим учням, особливо хлопчикам. Стабільно високу поширеність має вербальний булінг. Частота проявів найбільш активного булінгу (фізичного) може залежати від контингенту та атмосфери школи. Положення в колективі та довірливість стосунків пов'язані зі схильністю до булінгу; залежно від соціальної ролі діти схильні демонструвати різні форми булінгу; такі особистісні якості як демонстративність, заздрісність і тривожність пов'язані з різними елементами булінгу в повсякденному шкільному спілкуванні.

На противагу - ті діти, які активно не включені в групові процеси, тримаються осібно, менш товариські, як правило, є аутсайдерами, та їх (інколи більш обдарованих і талановитих) не люблять у групі. Ці діти по природі не агресивні, їх поведінка часто викликає роздратування у багатьох однокласників, що робить їх легкою здобиччю і жертвами булінгу та сприяє закріпленню соціально не вигідних психологічних рис і стилю поведінки. Дитина-жертва найчастіше самотня, слабкіша фізично, соціально нестійка, нестабільна, по природі може бути відособленою, тихою, може мати відмінні від інших риси характеру: тонку душевну конструкцію, уразливість, плаксивість, добродушність, не конфліктність, поступливість та навіть

улесливість. Друзі у такої дитини нечисленні, або і взагалі відсутні від страху за себе.

Ці діти не можуть постояти за себе у класі. У таких випадках знаходиться особа, яка бере на себе роль виконавця групової волі. У результаті виникає булінг.

Зазвичай жертвами шкільного булінгу стають діти, які мають:

- фізичні недоліки: носять окуляри, діти зі зниженим слухом, із порушеннями опорно-рухового апарату; діти, які фізично слабші за своїх однолітків; мають надто низький або надто високий зріст;

- особливості поведінки: замкнуті, відсторонені, тривожні, імпульсивні, плаксиві, нещасливі, діти з проблемних сімей та діти із заниженою самооцінкою;

- особливості зовнішності: руде волосся, ластовиння, клаповухість, криві ноги, особливості форми голови, надмірну чи наднизьку вагу тіла;

- недостатньо розвинені соціальні навички: не вміють спілкуватись з однолітками, часто не мають друзів, перебувають під надмірною гіперопікою батьків, невпевнені у собі, відчувають беззахисність;

- відчувають страх перед школою: мають негативне ставлення до школи внаслідок неуспішності у навчанні, підвищену тривожність та невпевненість, страх відвідування окремих навчальних предметів;

- відсутність досвіду життя в колективі: домашні діти, що не відвідували дитячий садок, мають нерозвиненість комунікативних навичок;

- хвороби: епілепсія, енурез, заїкання, дислалія (порушення вимови), дисграфія (порушення письма), дислексія (порушення читання);

Практично в усіх країнах булінг більш поширений серед хлопчиків, ніж серед дівчаток, і його жертвами також частіше стають хлопчики. Це не просто пустощі або грубість, а особлива форма взаємин, що потребує психологічної допомоги.

Булінг у шкільному середовищі впливає на підлітка таким чином, що він не засвоює поняття моралі як суспільного явища, тому в процесі

діяльності, організованої взаємодії між школярами не відбувається усвідомлення відповідальності один перед одним та перед колективом.

Шкільний булінг за своєю природою є складним, системним та комплексним соціально-психологічним явищем, яке розвивається в ситуації ворожості, конфліктності, страху. На агресивні та жорстокі прояви поведінки булерів впливають наступні чинники:

- культ насильства у суспільстві;
- негативний вплив кіно, телебачення та інших ЗМІ;
- низький рівень виховання учнів «групи ризику»;
- байдужість з боку батьків;
- комп'ютерні ігри, що мотивують на насильство.

Саме у середній школі відбувається збільшення кількості випадків виникнення та прояву булінгу[29, 38]. Проявляється булінг, як правило, в позаурочний час та у неконтрольованих дорослими місцях. Булінг є внутрішньогруповим процесом та передбачає специфічну групову динаміку.

Окрім лікарів, психіатрів, психологів, які займаються зазвичай уже з тими, хто піддався цькуванню та знущанням з боку своїх однолітків або однокласників, до вивчення й профілактики цього явища повинні, безперечно, долучатись учителі, соціальні педагоги, шкільні психологи та батьки школярів.

2.3 Антібулінгова програма в умовах загальноосвітньої школи

Згуртована команда дітей – головна мрія кожного шкільного вчителя. У дружньому колективі легше працювати і вчитися, та й результати діяльності, за даними психологів, більш високі.

Щоб згуртувати команду, необхідно створити сприятливий клімат, який сприяє самовираженню кожного учасника. Створити психологічно комфортну обстановку в школі допоможе тренінг на об'єднання колективу.

Цілі і види тренінгу

Існує величезна кількість психологічних вправ, які спрямовані на формування дружньої команди однодумців. Розрізняються вони методиками і формами проведення.

При грамотній роботі психолога позитивні зміни спостерігаються вже через 5-6 занять, проведених без перерв. Короткий тренувальний курс допоможе вирішити конкретну проблему або просто підтримає нормальний психологічний клімат в команді.

Тренінг на об'єднання робочого колективу буває декількох форм і різновидів:

1. Спеціальні ігрові заняття, що допомагають членам групи познайомитися, потоваришувати, зрозуміти власну цінність. Ігри навчають взаємодіяти з іншими людьми, приймати виважені спільні рішення. Щоб провести такі ігри, попередньої підготовки, як правило, не потрібно.

2. Спортивні конкурси, на яких відпрацьовуються вміння взаємодіяти в команді. Змагання допомагають навчити переживання за членів своєї групи. Для проведення спортивного конкурсу буде потрібно спеціальне місце (або приміщення) і певні приналежності (м'ячі, ключки й т.д.).

3. Тимбилдинг – проведення заходів, що мають на увазі виїзд на природу і прохід особливих перешкод і перешкод. Наприклад, спільні збори біля річки або озера, похід, подолання мотузкових містечок. Подібні тренінги вимагають ретельної підготовки.

4. Співтворчість – заходи, які мають на увазі спільну участь в будь-якому творчому конкурсі. Це може бути пісенне змагання, фотографічна сесія, придумування емблеми для своєї компанії, написання сценарію.

Арт-терапевтичні методи запобігання булінгу.

1. Для профілактики булінгу можна використовувати літературні твори, де висвітлюються проблеми цькування або споріднені з ними. У процесі обговорення прочитаного серед студентів виникає співпереживання і розуміння почуттів героїв. Для кожної вікової групи школярів можна

підібрати книжки, під час обговорення яких, вони зможуть ідентифікувати себе з героями, котрі відчувають страждання. В літературі на цю тему, часто є персонажі, які, незважаючи на небезпеку, що загрожує їм, відновлюють порядок і справедливість. Такий персонаж стає поруч з тим, кому погано, і разом вони протистоять несправедливості.

2. Також можна організовувати колективний перегляд фільмів з подальшим їх обговоренням. Це може бути фільм «Опудало» та колективне обговорення побаченого, перегляд різних соціальних роликів. Для підлітків можна запропонувати таку форму роботи як твір на задану тему. Учні отримують завдання написати невеликий твір про булінг. Рекомендується додатково пояснити, які питання можуть бути в ньому відображені. Завдання можна виконати у школі чи як домашнє, щоб учні (за бажанням) могли обговорити проблеми насильства. Нерідко у творах з'ясовується важлива для вчителя інформація, про яку учень не може говорити прямо. Крім того, твір може відобразити рольові вибори та ідентифікацію автора. Під час перевірки такої роботи необхідно розуміти, що головне – це інформація, а не форма її подання. Не виключено, що серед авторів є жертва булінгу, переслідувач або популярний учень. Це дає вчителю додаткові можливості для подальшого обговорення. Можна вибрати два-три твори, в яких йдеться про важливі речі, і за згодою авторів зачитати їх класу. Учень може і сам прочитати свій твір. Озвучування своєї точки зору ще більше зобов'язує дітей дотримуватися своєї позиції. Крім того, це може вплинути на інших дітей. Найкращий результат досягається, коли вголос зачитуються твори декількох учнів. Тоді вони виступають разом і відстоюють спільну позицію: їх об'єднують схожі погляди. А вчитель отримує можливість висловити свою думку за допомогою коментарів до творчих робіт. Інший вид такої творчої роботи – підготовка малюнків чи плакатів на тему «Стоп, насилля!», або «Я проти булінгу». За результатами можна провести творчу роботу «Інтерпретація зображеного» або самими авторами, або іншими однокласниками.

Вправи на згуртованість

Атоми і молекули. Ведучий: « Уявіть, ви – самотні атоми. Починається хаотичний броунівський рух, при цьому можливі легкі зіткнення один з одним. Будьте обережні. За моєю командою ви повинні з'єднатися в молекули, число атомів в якій я назву».

Через деякий час після початку ведучий говорить цифру, наприклад, «п'ять». Учасники складають групи по п'ять осіб. Потім, інша кількість атомів в молекулах і т.д., але не більше 4-5 разів. Вкінці можна назвати молекулу, в якій атомів рівно стільки, скільки учасників в групі.

Відзеркалювання. Інструкція: Виконайте чотири нескладних завдання, точніше, зімітуйте їх виконання. Завдання такі:

- пришиваємо гудзик;
- збираємося в дорогу;
- печемо пиріг;
- виступаємо в цирку.

Особливість цих завдань в тому, що кожне з них учасники будуть виконувати попарно, причому партнери встануть один проти одного, і один з них стане на час дзеркалом, тобто буде копіювати всі рухи свого партнера. Потім партнери поміняються ролями.

Подібність і відмінність. Ведучий: « Люди спілкуються, бо вони схожі або відмінні один від одного. Давайте знайдемо відмінності і схожість один з одним. Кожен з вас повинен вимовити фазу, звертаючись до сусіда справа: “Ми з тобою схожі, тим що (називається будь – яка ознака “схожості “), але на відміну від тебе я (називається будь – якої ознака “відмінності “). Наприклад: “Ми з тобою схожі, тим що любимо тварин, а особливо кішок, але на відміну від тебе я люблю їсти пломбір з солоним огірком.”

Колаж

Мета: згуртування групи і близьке знайомство з кожним учасником колективу.

Як проходить заняття?

Учасники розсідаються за загальним столом, на якому розкладено ватман, клей, різні кольорові картинки, малюнки, олівці, фарби. Членам колективу пропонується вибрати картинку, яка максимально відповідає їх відчуття і бачення себе в цій групі. Зробивши вибір, кожен учасник, скориставшись клеєм, розміщує картинку на ватмані таким чином, щоб продемонструвати своє становище в команді. Потім можна додатково прикрасити картинку за допомогою фарб і кольорових олівців.

Обговорювані питання:

1. Чим ви керувалися при виборі картинки?
2. Наскільки розташування картинки відповідає вашим бажанням?
3. Наскільки складно було виконувати цю вправу?

Вправа "Тягар емоцій"

Тренер. Перед вами камінці та мушлі. Виберіть з них те, з чим у вас асоціюється негативна емоція.

Зараз кожен з вас назве ту емоцію, про яку подумав, і кине камінець чи мушлю у шкарпетку.

Питання для обговорення:

1. Чи важко було виконувати вправу?
2. Як ви думаєте, емоції кого ми називали?
3. Що ви при цьому відчували?

Підведення підсумків.

Притча «Скільки важить сніжинка?»

Одного разу маленька синичка, сидячи на засніженій гілці дерева, запитала в дикого голуба:

— Скільки важить одна сніжинка?

— Не більше, ніж нічого, — відповів він їй.

— Тоді я хочу розповісти тобі дуже цікаву історію, —

вела далі синичка. — Одного разу я сиділа на ялиновій гілці, й почався снігопад. Це ще не була віхола, й легкі сніжинки спокійно лягали на дерева.

Я нарахувала 7435679 сніжинок, які опустилися на ялинову гілку. І коли остання сніжинка, що, як ти сказав, «важить не більше, ніж нічого», впала на неї — гілка зламалася. — Після цього синичка злетіла, залишивши голуба у глибокій задумі.

Скільки важать наші слова? Часом ті слова, які «не важать» нічого, наші вчинки, які ми робимо, непомітні для нас самих, лягають великою образою й болем на інших. І під таким тягарем може зламатися кожна людина. Я точно знаю, що хоча б раз, але кожен із нас завдавав образи іншим, навіть не зауважуючи цього.

Насправді слова, з якими ми звертаємося одне до одного, важать дуже багато: добрими, лагідними можна підняти людині настрій, зробити її щасливою, а злими і жорстокими — засмутити, образити, принизити і навіть убити. Про це потрібно пам'ятати під час спілкування і конфлікту, щоб не зіпсувати стосунків назавжди.

ВИСНОВОК

Булінг є актуальною проблемою сучасного суспільства, тому що ми вже говорили раніше: в кожній школі країни знайдеться хоча б один клас, де можна спостерігати це.

У роботі ми спробували розібратися в безлічі визначень поняття «булінг» і зрозуміли, що всі ці визначення зводяться до навмисного, що не носить характеру самозахисту і не санкціонованою нормативно-правовими актами держави, тривалого (повторюваного) фізичній або психологічного насильства з боку індивіда або групи, які мають певні переваги (фізичні, психологічні, адміністративні тощо) щодо індивіда, і яке відбувається переважно в організованих колективах з визначеною особистою метою (наприклад, бажання заслужити авторитет у деяких осіб).

Нам здається, що рівень жорстокості в наших школах часом зашкалює. Знущання, побої, образи - це все цілком поєднується з нашою системою освіти. Діти з кожним роком стають дедалі жорсткішими. У наведених нами прикладах видно, що з кожним роком ситуація все погіршується, але ніхто не поспішає щось робити.

Шкільне насильство має на дітей прямий і непрямий вплив.

По-перше, тривалі шкільні знущання позначаються на власному «Я» дитини. Падає самооцінка, вона відчуває себе зацькованим. Така дитина в подальшому намагається уникати відносин з іншими людьми. Часто буває і навпаки - інші діти уникають дружби з жертвами насильства, оскільки бояться, що самі стануть жертвами, дотримуючись старої учительській логіці: «... Який твій друг - такий і ти». В результаті цього формування дружніх відносин може стати проблемою для жертви, а відторгнутість в школі нерідко екстраполюється і на інші сфери соціальних відносин. Така дитина і надалі може жити по «програмі невдахи».

По-друге, потрапляння в роль жертви є причиною низького статусу в групі, проблем в навчанні та поведінці. У таких дітей високий ризик розвитку нервово-психічних і поведінкових розладів. Для жертв шкільного насильства частіше характерні невротичні розлади, депресія, порушення сну і апетиту, в гіршому випадку можливе формування посттравматичного синдрому.

По-третє, у дитини шкільне насильство викликає порушення в розвитку ідентичності. Тривалий стрес породжує відчуття безнадії і безвиході, що, в свою чергу, є сприятливим ґрунтом для виникнення думок про суїцид.

Для запобігання булінгу потрібно підвищувати культуру населення. Зараз не дуже велика увага приділяється моральному вихованню. Наприклад, нам в школі дуже рідко говорили щось на зразок того, як погано знущатися над іншими. Вчителям було байдуже на такі уроки. І часто в журналі просто з'являлися назви бесід, але ніхто не міг згадати: коли вони були. З цього випливає, що вчителі повинні більше уваги приділяти своїм учням і актуальним темам.

Та й діти потребують просто уваги. Їм необхідно іноді просто поговорити і розповісти про наболіле. Вчителі повинні знати, що відбувається в родині дитини. Адже багато хто з дітей переносять негатив в сім'ї на навчання. Якщо вдома на дитину йде негативний вплив, то в школі він може зняти його, а й спосіб буде відповідний. Ще необхідно підвищувати професійну освіченість вчителів, щоб викладач міг зробити процес освіти для дітей цікавим і завоювати у них авторитет. Ще необхідно організовувати позашкільну роботу з дітьми. Адже якщо дитина займається спортом, то вона має можливість випустити весь накопичений негатив. При цьому такі заняття необхідно поєднувати з моральним вихованням. Нам здається, що сьогодні в нашій системі освіти дуже багато негативних моментів, але при цьому не варто говорити, що насильство в школі зустрічається повсюдно. Адже кожен з нас може згадати досить багато вчителів, з якими були прекрасні відносини. Та й не всі діти у нас є нелюдами. Але все-таки ця проблема є досить важливою і потребує вирішення.

Дуже важливо, щоб шкільне цькування не ставало типовим явищем, а агресія не розглядалася як норма поведінки. Адже ще є надія, що пластична психіка дітей, розвивається самосвідомість дітей і мудрість дорослих допоможуть подолати наслідки неадекватних ролей, які свідомо або вимушено програються багатьма людьми в своєму дитячому і підлітковому житті.

Найголовніше, що ви можете подарувати своїй дитині, - це ваша увага. Пам'ятайте: те, що здається вам не дуже важливим, для вашого сина чи дочки може виявитися подією, що хвилює весь день!

Ваше позитивне ставлення до школи і вчителів спростить дитині період адаптації.

Ваше спокійне ставлення до шкільних турбот і шкільного життя дуже допоможе дитині.

Допоможіть дитині встановити стосунки з однолітками і відчувати себе впевнено.

Допоможіть дитині звикнути до нового режиму життя.

Мудре відношення батьків до шкільних успіхів виключить третину можливих неприємностей дитини. Шкільні успіхи, безумовно, важливі. Але це не все життя вашої дитини.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Савельєв Ю.Б. Виключення та насильство: чи існує булінг в українській школі. Наукові записки Національного університету "Києво-Могилянська Академія" / Національний університет "Києво-Могилянська Академія". 2009. Т. 97: Педагогічні, психологічні науки та соціальна робота. – С. 71-75.
2. Аверьянов А.И. Школьный буллинг в воспоминаниях студентов МГПИ. Сборник научных трудов SWORLD по материалам международной научно-практической конференции. Одесса: Куприенко С.В., 2011 Т. 15, № 4 С. 22 – 25
3. Бердышев И.С. Лекарство против ненависти / И.С. Бердышев; семинар записала Е. Куценко. Первое сентября. 2005 - № 18 С. 3
4. Бутовская М.Л. Буллинг как социокультурный феномен и его связь с чертами личности у младших школьников / М.Л. Бутовская, Е.Л. Луценко, К.Е. Ткачук // Этнографическое обозрение. 2012, № 5 С.139–15.
5. Вишневская В. И. Феномен школьной травли: агрессоры и жертвы в российской школе / В.И. Вишневская, М.Л. Бутовская // Этнографическое обозрение. 2010, № 2. С. 55 – 68
6. Глазман О.Л. Психологические особенности участников буллинга. Гребенкин Е.В. Профилактика агрессии и насилия в школе: Феникс, 2006. 157 с.
7. Горшков М.К. Прикладная социология: методология и методы: интерактивная учебная помощь / М.К. Горшков, Ф.Е. Шереги. Москва: ФГАНУ «Центр социологических исследований», Институт социологии РАН, 2012. 372 с.
8. Дроздов О. Феномен третирування в школі: шляхи вирішення проблеми. Соціальна психологія. 2007. № 6. С. 124 – 132.

9. Зиновьева Н.О. Психология и психотерапия насилия. Ребенок в кризисной ситуации / Н. О. Зиновьева, Н.Ф. Михайлова. СПб. : Речь, 2005. 248 с.
10. Змановская Е.В. Девиантология (психология отклоняющегося поведения) / Е.В. Змановская. Москва: Академия, 2004. 288 с.
11. Кон И.С. Мальчик – отец мужчины. Москва: Время, 2010. 704 с.
12. Кон И.С. Что такое буллинг и как с ним бороться? Семья и школа. 2006, № 11
13. Кон И.С. Что такое буллинг и как с ним бороться? Электронный ресурс. Сексология. Персональный сайт И.С. Кона.
14. Лейн Д.А. Школьная травля (буллинг). Детская и подростковая психотерапия / Под редакцией Дэвида Лейна и Эндрю Миллера. СПб.: Питер, 2001. С. 240—274.
15. Лернер Е.И. Я не дам себя обижать. Академический проект, 2001.
16. Лоренц К. Агрессия: так называемое «зло». Москва: Прогресс, 1994. 272 с.
17. Лэйн Д.А. Школьная травля (буллинг) / Давид А. Лэйн // ZipSites.ru : бесплат. электрон. интернет б-ка.
18. Лэйн Д.А. Школьная травля (буллинг) [Электронный ресурс] / Давид А. Лэйн // ZipSites.ru: бесплат. электрон. интернет б-ка. Режим доступа : <http://www.zipsites.ru/psy/psyib/info.php?=414>.
19. Маланцева О.Д. «Буллинг» в школе. Что мы можем сделать? Социальная педагогика. 2007. № 4. С. 90-92.
20. Маланцева О.Д. «Буллинг» в школе. Что мы можем сделать? Социальная педагогика. 2007. № 4. С. 90-92.
21. Малкина-Пых И.Г. Психология поведения жертвы. Справочник практического психолога. Москва: Эксмо, 2006. 1008 с.
22. Мальцева О.А. Профилактика жестокости и агрессивности в подростковой среде и способы ее преодоления. Тюменский государственный университет 2009. № 7. С. 51-54.

23. Мерцалова С.Т. Насилие в школе: что противопоставить жестокости и агрессии? Директор школы. 2000. № 3. - С. 25
24. Миллер, Н.Е. Фрустрационно-агрессивные гипотезы (физиологическое обозрение), 1939; Образовательный портал Н. Поповой. Мухаркина А. В качканарских школах эпидемия буллинга: жертв травли снимают на видео / А. Мухаркина.
25. Ніконова О.Ю. Розробка та стандартизація тесту «Драматичний трикутник». Практична психологія та соціальна робота, 2011. № 8. С. 39 - 43
26. Ожиёва Е.Н. Буллинг как разновидность насилия. Школьный буллинг. Психология и социология. 5 Психолого-воспитательные проблемы развития личности в современных условиях. Харьков: Харьковский гуманитарный университет, 2007
27. Панфилова М.А. Графическая методика «Кактус». Школьный психолог. 1998, № 43, С. 8 – 9
28. Солдатова Г. Буллинг в России становится серьезной проблемой общения в сети. Агрессоры и жертвы. 2012, № 11. С. 42-51.
29. Стельмах С. Булінг у школі та його наслідки. Гуманізація навчально-виховного процесу: збірник наукових праць / за заг. ред. проф. В. І. Сипченка. Вип LVI. Слов'янськ: СДПУ, 2011. С. 431-440.
30. Фоминова А. Школьная травля. Классное руководство и воспитания школьников. Приложение в газету «Первое сентября». 2009, № 5 С. 31 – 36
31. Этология.ру. – Электронный ресурс. Режим доступа: www.ethology.ru
32. Bullying and Victimization: The Problems and Solutions for School-aged children (1997) // www.NCPS/Bullying/and/Victimization/Problems/Solutions/for/School-aged/children.htm.
33. Copeland W.E. Adult Psychiatric Outcomes of Bullying and Being Bullied by Peers in Childhood and Adolescence/ W.E. Copeland, D. Wolke, A.

Angold, E. J. Costello // JAMA Psychiatry. – 2013; (Published online February 20, 2013): P. 1-8. doi:10.1001/jamapsychiatry.2013.504.

34. Darmawan N. Bullying in school: A study of Forms and Motives of Aggression in Two secondary Schools in the city of Palu, Indonesia / N. Darmawan. – Centre for Peace Studies Faculty of Humanity, Social Science and Education University of Tromso Norway, 2010 – 111 p.

35. Fehr E. Egalitarianism in young children / E.Fehr, H. Bernhard, B. Rockenbach // Nature. 2008. V. 454. P. 1079 –1083.

36. <http://besida.in.ua/trening-na-zgurtuvannya-kolektyvu-tsili-zavdannya-vydy-pryklady-vprav.html>

37. <https://dytpsycholog.com/2016/07/29/7-найоригінальніших-тренінгових-впра/>

38. <https://vseosvita.ua/library/urok-trening-buling-v-skoli-80878.html>

39. Roland E. Aggression and bullying / E. Roland, T. Idsoe // Aggressive Behavior. 2001 V. 27, № 6. P. 446 – 462

Пам'ятка для батьків

Одним з найважливіших напрямків роботи психологічної служби школи з подолання проявів булінгу є робота з батьками учнів, що стали жертвами третирування, які у переважній більшості випадків не вміють правильно поводитись у ситуації, що склалась навколо їхньої дитини. Пропонуємо рекомендації батькам щодо правил спілкування з дітьми які страждають від булінгу :

Пам'ятка для батьків

Як припинити третирування дитини у школі та допомогти їй?

1. Перш за все необхідно вдома ліквідувати атмосферу, що сприяє перетворенню дитини на «жертву». Ніякої надмірної опіки чи, навпаки деспотизму, покарань та побиття за провину.

2. Окрім того необхідно обов'язково питати дитину, як справи у неї у школі, маючи на увазі не тільки оцінки, а й відносини з однокласниками. Обережно задавайте питання, оскільки цькування може бути не тільки відкритим, а й прихованим, пасивним, наприклад: небажання сидіти за однією партою, грати в одній команді, ігнорування тощо. Якщо ви відчули певні негаразди, поговоріть з дитиною та її класним керівником.

3. Якщо булінг уже відбувся, зважте його масштаби. Якщо це проблема між двома дітьми, яка може бути залагоджена власними силами, краще надати дитині можливість самостійно розібратись та навчитись відстоювати власні інтереси.

4. Якщо ж третирування набуло вже великих розмірів, проаналізуйте разом з дитиною, чи зможе вона сама захистити себе та відновити свій авторитет у класі. Наприклад, якщо дитину дразнять з-за надмірної ваги варто записати її у спортивну секцію.

5. Якщо ваша дитина дуже скромна та невпевнена у собі – допоможіть їй стати більш впевненою, адже підвищення самооцінки робить дитину більш врівноваженою та терпимою до цькувань оточуючих. З'ясуйте,

які гуртки відвідують її однокласники, чим займаються у позаурочний час. Можливо вашій дитині теж захочеться відвідувати якусь із цих секцій, у результаті чого вона зможе встановити контакт з деякими однокласниками. Заохочуйте дитину до активної участі у загальношкільних заходах, які зближують дітей та допомагають їм набутися впевненості у собі.

6. У особливо важких випадках, якщо ваша дитина, з певних причин, стала ізгоем у класі, приверніть увагу класного керівника та шкільного психолога до проблеми. В цьому випадку вам конче необхідною буде допомога фахівців.

7. І пам'ятайте: ваша любов та підтримка допоможуть дитині впоратися зі складною ситуацією.

Як батьки можуть допомогти дітям?

1. Якщо дитина розповідає вам про бешкетника, зосередьте увагу на комфорті та підтримці, не показуючи, наскільки ви засмучені. Діти часто не хочуть розповідати дорослим про залякування, тому що відчують себе ображеними та приниженими або турбуються про те, що батьки будуть дуже перейматися і хвилюватися.

2. Іноді діти думають, ніби це їх власна провина, що, якби вони виглядали або вели себе по-іншому, то цього б не сталося. Іноді вони бояться, що, якщо розбишака дізнається, що вони комусь усе розповіли, то буде ще гірше. Інші побоюються, що їхні батьки не повірять їм чи не робитимуть жодних дій у цьому напрямі. Або ж діти хвилюються, що батьки змусять їх дати відсіч бешкетнику, якого вони бояться. Хваліть дитину за те, що вона набралася сміливості порозмовляти про це. Переконайте її, що вона не самотня – багато людей отримують свою порцію знущань у певний момент. Підкресліть, що погано робить бешкетник, а не сама дитина. Переконайте сина чи доньку в тому, що ви придумаете, як правильно вчинити в цій ситуації, разом врахуєте всі тонкощі.

3. Іноді старший брат, сестра або друг можуть допомогти впоратися із ситуацією. Вашій дитині може бути корисно почути, як її старшу сестру, яку

вона обожнює, дражнили через її зубні брекети і як вона впоралася з цим. Старший брат або друг може також дати деяке уявлення про те, що відбувається у школі або там, де трапляються знущання, і допоможе придумати краще рішення.

4. Сприймайте серйозно побоювання дитини, що знущання будуть ще гіршими, якщо задирака дізнається, що ваша дитина розповіла про них. В першу чергу варто зв'язатися з класним керівником та шкільним психологом. Іноді корисно звернутися до батьків агресора. В інших випадках Якщо ви вже випробували ці методи і все ще хочете порозмовляти з батьками дитини-булера, краще зробити це в офіційних умовах, наприклад, у присутності адміністрації школи.

5. У нашій країні є закони і правила, що захищають від знущань насильства. Кривдники або їхні батьки несуть відповідальність за скоєні порушення. У деяких випадках, якщо у вас є серйозні побоювання із приводу безпеки вашої дитини, вам буде потрібно звернутись до органів поліції.

6. Удома ви можете знизити негативний вплив знущань. Навчайте дітей спілкуватися з такими друзями, які допомагають розвивати їх упевненість у собі. Допоможіть їм знайомитися з іншими дітьми, відвідуючи різні гуртки чи спортивні секції. І знайдіть такі заняття для дітей, які допоможуть їм почуватись упевненими й сильними. Можливо, це буде секція самооборони, карате або тренажерний зал.

7. Під впливом емоцій у дорослих може виникнути пропозиція дитині дати відсіч агресору. Зрештою, ви гніваєтеся, що ваша дитина страждає, і, можливо, у дитинстві ваші батьки радили вам «постояти за себе», що ви успішно зробили. І ви переймаєтеся, що ваша дитина все ще потерпає від рук розбишаки. Але важливо порадити дітям не відповідати на знущання бійкою або відповідними знущаннями. Це може швидко перерости в насильство, помсту, травмувати когось із них. Замість цього найкраще відсторонитися від ситуації, поспілкуватися з іншими дітьми й розповісти про все дорослим. І пам'ятайте: якими б прикрими не були знущання для вас і вашої родини, є

багато фахівців і способів, які допоможуть вам вирішити цю проблему. Дії батьків при вербальному булінгу: перш за все, вчіть своїх дітей поваги. На прикладі власної моделі поведінки зміцнюйте їхню думку про те, що кожний заслуговує доброго ставлення: дякуйте вчителям, хваліть дитину та її друзів, виявляйте добре ставлення до працівників магазинів, бібліотек, транспорту, будь-яких закладів. Розвивайте самоповагу дітей і вчіть їх цінувати свої сильні сторони. Найкращий захист, який можуть запропонувати батьки, – це зміцнення почуття власної гідності й незалежності своєї дитини та її готовності вжити заходи в разі потреби. Обговорюйте і практикуйте безпечні, конструктивні способи реагування вашої дитини на слова або дії булера. Разом придумуйте основні фрази, які дитина може сказати своєму кривднику переконливим, але не ворожим тоном, наприклад: «Твої слова неприємні», «Дай мені спокій» або «Відчепись», «Ти робиш мені боляче, я можу зробити тобі так само», «Я не буду терпіти знущання».

Дії батьків при фізичному булінгу: якщо ви підозрюєте, що вашу дитину піддають фізичному насильству, почніть випадкову розмову – спитайте, як справи у школі, що відбувалось під час обіду чи на перерві, по дорозі додому. На основі відповідей з'ясуйте в дитини, чи вів хто-небудь себе образливо у ставленні до неї. Намагайтеся стримувати емоції. Підкресліть важливість відкритого, постійного зв'язку дитини з вами, вчителями або шкільним психологом. Документуйте дати й час інцидентів, пов'язаних зі знущаннями, відповідну реакцію залучених осіб та їх дії. Не звертайтеся до батьків розбишак, щоб розв'язати проблему самостійно. Якщо фізичне насильство над вашою дитиною продовжується й вам потрібна додаткова допомога за межами школи, зверніться до місцевих правоохоронних органів. Існують закони про боротьбу із залякуванням і домаганнями, які передбачають оперативні коригувальні дії.

Дії батьків при примусовій ізоляції дитини: тактика ізоляції припускає, що когось навмисно не допускають до участі в роботі групи або класу, участі

у грі, заняттях спортом чи позаурочній діяльності. Використовуйте вечірній час, щоби порозмовляти з дітьми про те, як пройшов їхній день. Допомагайте їм у всьому шукати позитивні моменти, звертайте увагу на позитивні якості дітей і переконайтеся, що вони знають, що є люди, які їх люблять і завжди готові подбати про них. Зосередьтесь на розвитку їхніх талантів та інтересів до музики, мистецтва, спорту, читання й позашкільних заходів, щоб ваші діти могли будувати взаємини поза школою.

Дії батьків при кібербулінгу: повідомлення образливого характеру можуть поширюватись анонімно і швидко, що призводить до цілодобового кіберзалякування, тому спочатку встановіть домашні правила користування Інтернетом. Домовтеся з дитиною про тимчасові обмеження, що відповідають її віку. Будьте обізнаними щодо популярних і потенційно образливих сайтів, додатків і цифрових пристроїв, перш ніж ваша дитина почне використовувати їх. Дайте дитині знати, що ви маєте намір відстежувати її діяльність в Інтернеті. Скажіть їй про те, що коли вона піддається кіберзалякуванню, то не повинна втягуватись, реагувати або провокувати кривдника. Замість цього їй необхідно повідомити про все вам, щоб ви змогли роздрукувати провокаційні повідомлення, включаючи дати та час їх отримання. Повідомте про це у школу та Інтернет-провайдера. Якщо кіберзалякування загострюється й містить погрози та повідомлення явного сексуального характеру, зверніться до правоохоронних органів.

Якщо дитина повідомляє вам, що вона або ще хтось піддається знущанням, булінгу, підтримайте її, похваліть за те, що вона набралася сміливості й розповіла вам про це, зберіть інформацію (при цьому не варто сердитись і звинувачувати саму дитину). Підкресліть різницю між доносом з метою просто завдати комусь неприємностей та відвертою розмовою з дорослою людиною, яка може допомогти. Завжди вживайте заходи проти знущань, булінгу, особливо якщо насильство набуває важкі форми або постійний характер, зв'яжіться з учителем, соціальним педагогом,

психологом або директором школи вашої дитини, щоб контролювати ситуацію доти, доки вона не припиниться.

ПАМ'ЯТКА ШКОЛЯРУ

Привіт, Друже!

Чи знаєш ти, як захистити себе і своїх друзів?

Як ти можеш захиститися від булінгу?

За що несеш відповідальність перед Законом?

Ознайомся з цією пам'яткою, дізнайся про свої права і обов'язки вже сьогодні!

Від самого народження ти маєш право:

на життя: ніхто не може позбавити тебе життя і здоров'я, життя і здоров'я інших людей від протиправних посягань;

на охорону здоров'я: ти можеш звернутися за безкоштовною кваліфікованою правовою або медичною допомогою до закладів охорони здоров'я;

на свободу та особисту недоторканість: тебе ніхто не може заарештувати або тримати під вартою інакше як за рішенням суду. Однак, якщо тобі вже виповнилося 14 років і має місце тяжкий злочин, відносно тебе може застосовуватися утримання під вартою як тимчасовий запобіжний захід. Якщо протягом 3 діб з моменту затримання тобі не вручено рішення суду про тримання під вартою, тебе повинні негайно звільнити;

на освіту: ти маєш право безкоштовно отримувати освіту у дошкільному, загальноосвітньому, професійно-технічному, вищих навчальних закладах державної і комунальної форм власності, а також на отримання державної стипендії;

на майно: майно, яке тобі придбали батьки для навчання, виховання (одяг, іграшки, книги, музичні інструменти, спортивне обладнання тощо), є твоєю власністю. Якщо тобі від 10 до 14 років, належним тобі майном управляють батьки. Якщо тобі від 14 до 18 років, ти маєш право вчиняти будь-які угоди, навіть купівлі-продажу транспортного засобу і нерухомого

майна, але за письмовою нотаріально посвідченою згодою батьків або з дозволу органу опіки і піклування;

на працю: якщо тобі вже виповнилось 14 років, ти за згодою одного з батьків можеш працювати у вільний від навчання час (наприклад на канікулах), але лише після попереднього медичного огляду. Якщо тобі вже виповнилось 15 років та коли ти маєш згоду одного із батьків, тебе також можуть прийняти на роботу. Самостійно ти можеш влаштуватись на роботу, якщо тобі уже виповнилось 16 років. Ти маєш право на належні, безпечні і здорові умови праці, на заробітну плату, не нижчу від визначеної законом;

на відпочинок: ти маєш можливість у вільний від навчання або роботи (якщо ти вже працюєш) час відпочивати, тобто займатись своїми улюбленими справами (грати в футбол, ходити в кіно). Якщо ти вже працюєш, тобі повинна бути надана щорічна відпустка в літній час або за твоїм бажанням у будь-яку іншу пору року;

на повагу до своєї гідності та захист від усіх форм насильства: будь-яка людина, ким би вона не була (одним із твоїх батьків, однолітків, вчителів, сусідів) не має права поводитись з тобою жорстоко, принижувати твою гідність, експлуатувати, включаючи сексуальні зловживання, втягнення у злочинну діяльність, залучення до вживання алкоголю, наркотичних засобів і психотропних речовин; використання для створення та розповсюдження порнографічних матеріалів, примушування до проституції, жебрацтва, бродяжництва, втягнення до азартних ігор тощо. Стаття 16 Конвенції ООН про права дитини визначає, що жодна дитина не може бути об'єктом незаконного посягання на її честь і гідність.

Захист прав дитини – це, перш за все, завдання держави!

У разі, якщо до тебе вчинено насильство, ти маєш право звернутись до державних органів за допомогою! Дитина має право на захист від втручання або посягання.

Ти – людина!

Ніхто і нічим не може виправдати жорстоке поводження з тобою, наприклад, побиття, знущання. Навіть якщо таким чином тебе виховують батьки, вчителі чи старші діти. Жорстоке, нелюдське, таке, що принижує твою гідність, поводження чи покарання – це порушення твоїх прав. Статтями 28 та 52 Конституції України встановлено, що ніхто не може бути підданий катуванню, жорстокому, нелюдському або такому, що принижує його гідність поводженню чи покаранню.

Ти маєш право на свободу, особисту недоторканність: стаття 10 Закону України «Про охорону дитинства» гарантує кожній дитині право на свободу, особисту недоторканність та захист гідності. Дисципліна і порядок у сім'ї, навчальних та інших дитячих закладах мають забезпечуватися на принципах, що ґрунтуються на взаємоповазі, справедливості і виключають приниження честі та гідності дитини.

Ти можеш вільно виражати свої думки та погляди, не боячись бути покараним за це. Разом з тим, ти маєш пам'ятати, що твої відносини з батьками, вчителями, однолітками мають ґрунтуватися на взаємоповазі і справедливості, виключаючи приниження честі та гідності.

Держава зобов'язана захищати твої права:

Якщо хтось (учні, вчителі або навіть батьки) вчиняє над тобою будь-яке насильство, принижує тебе чи ображає, ти повинен звернутися зі скаргою про порушення твоїх прав до органу опіки і піклування; служби у справах дітей; центру соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді; закладів охорони здоров'я; органів та установ освіти; відділів поліції, а також через представників – до суду. Статтею 10 Закону України «Про охорону дитинства» встановлено, що діти мають право особисто звернутися до органу опіки та піклування, служби у справах дітей, центрів соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді, інших уповноважених органів за захистом своїх прав, свобод і законних інтересів та зі скаргами про їх порушення.

За твою безпеку в школі відповідає директор:

Якщо директор школи не забезпечить безпечні та нешкідливі умови для навчання, праці та виховання учнів у навчальному закладі, то він нестиме за це відповідальність відповідно до чинного законодавства. Статтею 26 Закону України «Про освіту» встановлено, що забезпечення безпечних і нешкідливих умов навчання, праці та виховання у навчальних закладах покладається на їх власника або уповноважений ним орган, керівника навчального закладу.

Вчителі зобов'язані поважати і захищати тебе:

Вчителі та інші працівники школи повинні з повагою ставитись до тебе і не повинні вдаватись до покарань, що принижують твою гідність, зокрема таких, як словесні приниження, ставлення учня в куток, побиття тощо. Також вони повинні захищати тебе від погроз та фізичного насильства з боку інших осіб, в тому числі твоїх однолітків і батьків, і запобігати вживанню дітьми алкоголю, наркотиків, іншим шкідливим звичкам. Стаття 56 Закону України «Про освіту» зобов'язує педагогічних та науково-педагогічних працівників дотримуватися педагогічної етики, моралі, поважати гідність дитини, учня, студента; захищати дітей, молодь від будь-яких форм фізичного або психічного насильства, запобігати вживанню ними алкоголю, наркотиків, іншим шкідливим звичкам.

За ненадання тобі допомоги вчитель відповідатиме перед законом

Вчителі та керівництво школи несуть відповідальність перед законом, якщо вони порушують твої права. Якщо ти звернувся до вчителя для того, щоб захиститись від фізичного та психічного насильства, а він залишив це без уваги – за це його може бути притягнуто до відповідальності. Статтею 47 Закону України «Про загальну середню освіту» встановлено, що посадові особи і громадяни, винні у порушенні законодавства про загальну середню освіту, несуть відповідальність і порядку, встановленому законами України.

Пам'ятай про свою відповідальність перед законом!

До 14 років ти не несеш відповідальності за заподіяну матеріальну або фізичну шкоду – її несуть твої батьки або інші особи, під наглядом яких ти знаходишся. Саме вони мають відшкодувати шкоду, яку ти завдав іншій людині. Якщо ти завдав шкоди спільно з однолітком, її відшкодування покладається на ваших батьків у відповідних частках.

З 14 років ти відповідаєш за завдану шкоду самостійно у повному обсязі! Також по досягненні 14 років ти несеш кримінальну відповідальність за тяжкі злочини.

Якщо тобі 16 років, тебе можуть притягнути до адміністративної та кримінальної відповідальності!

Рекомендації учням щодо уникнення булінгу:

Намагайся підтримувати стосунки з усіма учасниками колективу. Не розпускай плітки, а почувши плітку, не переказуй її іншим. Відстоюй свою думку, не дозволяй принижувати себе. Підтримуй традиції колективу. Бери участь у спільних колективних заходах. Якщо виникають проблеми у стосунках з однолітками або вчителями, звернися до дорослих яким и довіряєш (до класного керівника, психолога, соціального педагога).

Поради дітям

Ось кілька стратегій, які можуть допомогти тобі покращити ситуацію і своє самопочуття, зумовлене тим, що відбувається:

- Уникай агресора та перебувай у товаристві друзів. Не заходь у туалет, якщо булер знаходиться там, не ходи в роздягалку, коли немає нікого поруч. Постійно перебувай у товаристві приятеля, щоб не залишатись наодинці з недругом. Перебувай в оточенні приятелів у коридорах або на перерві – скрізь, де можна зустріти булера, по дорозі додому, у транспорті,. Запропонуй те ж саме своєму другу.

- Стримуй гнів. Розхвилюватись у зв'язку зі знуцанням природно, але саме цього й домагаються булери. Це дає їм змогу відчувати себе сильнішими. Намагайся не реагувати плачем, не червоній і не переймайся. Це вимагає великої кількості тренувань, але це корисна навичка дати відсіч

агресору. Іноді корисно практикувати стратегію приведення себе в повну рівновагу, наприклад, рахувати до десяти, записувати свої гнівні слова на аркуші паперу, робити глибокий вдих або просто уходити. Іноді треба навчитися робити непроникний вираз обличчя, поки ти не позбудешся небезпеки (посмішка або сміх можуть провокувати агресора на нові третирування).

- Дій хоробро, ухोдь та ігноруй агресора. Твердо й чітко скажи йому, щоб він припинив, а потім розвернись та піди. Намагайся ігнорувати образливі зауваження, наприклад, демонструй байдужість чи вдавай, що ти захоплений бесідою по мобільному телефону. Ігноруючи булера, ти показуєш, що він тобі байдужий. Зрештою, він, імовірно, утомиться діставати тебе.

- Усунь провокаційні фактори. Якщо булер вимагає від тебе грошей на обід, принось обід із собою, кажи, що батьки не дають тобі грошей. Якщо він намагається відібрати твій музичний плеєр, айфон, планшет - не бери його до школи.

- Розкажи дорослим про знущання. Учителі, психолог, соціальний педагог, класний керівник, директор школи, батьки допоможуть припинити знущання, а в разі її систематичного характеру – звернуться до компетентних органів захисту прав дитини.

- Поговори з кимось, кому ти довіряєш: із працівниками школи, братом, сестрою або другом. Вони можуть запропонувати деякі корисні поради та виправити ситуацію, також це допоможе тобі відчувати себе менш самотнім.

Додаток С

Анкета для учнів (для виявлення проявів насильства)

Любий друже! Дай, будь-ласка, відповіді на питання, по можливості чесно та відверто. Опитування анонімне, за свою відвертість ти ні в якому разі не постраждаєш.

Запитання	Так		Не
		Ні	знаю
1. Як ти вважаєш, чи потрібно реагувати на насильство (якщо воно скоєне на твою адресу)?			
2. Чи є насилля з боку школярів у твоєму класі?			
3. Учні, схильні до різноманітних проявів агресивної поведінки, та булінгу є у твоєму класі?			
4. На вашу думку, психологічне насильство при третируванні переважає над фізичним?			
5. Чи завжди суб'єкти, що скоюють насильство є покараними?			
6. Особисто ти ставишся до проявів агресії негативно?			
7. Таке негативне явище, як булінг, можна проігнорувати?			
8. Булінг, на твою думку, один із найбільш негативних проявів не схвалюваної з боку суспільства поведінки.			
9. Негативні звички (куріння, алкоголь, наркотики) – є основним джерелом виникнення булінгу?			
10. Як ви думаєте, чи можна уникнути насильства у школі?			
11. Ти можеш протистояти тиску з боку булерів?			
12. Ти знаєш, до кого звернутись по допомогу у випадку булінгу?			
13. Ти зможеш підтримати жертву третирувань та цькувань?			

Дякуємо за співпрацю, шкільний психолог та соціальний педагог.