

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
«Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка
Факультет дошкільної, початкової освіти і мистецтв
Кафедра дошкільної та початкової освіти

Кваліфікаційна робота
освітнього ступеня: «магістр»

на тему

**ПРОТИДІЯ ТА ЗАПОБІГАННЯ БУЛІНГУ В ОСВІТНЬОМУ
СЕРЕДОВИЩІ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ**

Виконала:

студентка І курсу, 61 групи
спеціальності 013 «Початкова освіта»

Пашковська В. Ю.

Науковий керівник:

канд. пед. наук, доцент

Смолянко Ю.М.

Роботу подано до розгляду «___» _____ 2024 року.

Студента (ка)

(підпис)

Пашковська В. Ю.

Науковий керівник

(підпис)

Смолянко Ю.М.

Кваліфікаційна робота розглянута на засіданні кафедри дошкільної та початкової освіти протокол № _____ від «___» _____ 20__ року.

Студент (ка) допускається до захисту даної роботи в екзаменаційній комісії.

Зав. кафедри

(підпис)

Ірина ТУРЧИНА

ANNOTATION

The first section of the paper theoretically substantiates the essence of bullying, its factors and forms of manifestation among junior schoolchildren. The work theoretically substantiates the essence of bullying, its factors and forms of manifestation among primary school students. The pedagogical conditions for bullying prevention are determined, which include the development of interactive methods and the involvement of all participants in the educational process: students, teachers and parents.

The second section describes the experimental part of the study, which was conducted in two schools in Chernihiv, involving 60 4th grade students. A prevention program was developed. It includes interactive games, quests, trainings and educational activities, which contributed to the formation of empathy, skills for constructive conflict resolution and positive interaction among students. Students learned to recognize bullying, build friendly relationships and resolve conflicts constructively.

Keywords: safe educational environment, bullying, upbringing, primary school age, educational environment, bullying prevention, tolerance

АНОТАЦІЯ

Кваліфікаційна (магістерська) робота присвячена дослідженню проблеми булінгу в освітньому середовищі початкової школи.

У першому розділі роботи теоретично обґрунтовано сутність булінгу, його чинники та форми прояву серед молодших школярів. Визначено педагогічні умови профілактики булінгу, що включають розробку інтерактивних методик і залучення всіх учасників освітнього процесу: учнів, педагогів та батьків.

У другому розділі подано опис експериментальної частини дослідження, що проводилося у загальноосвітніх закладах м. Чернігова, де було залучено 60 учнів 4-х класів. Розроблено та апробовано програму протидії та запобіганню булінгу серед молодших школярів, що включає інтерактивні ігри, квести, тренінги та виховні заходи. Це вимагає комплексного підходу, включаючи навчання учнів толерантності, розвитку емоційного інтелекту та виховання взаємоповаги серед учасників освітнього процесу.

Ключові слова: безпечне освітнє середовище, булінг, виховання, молодший шкільний вік, освітнє середовище, профілактика булінгу, толерантність

ЗМІСТ

ПЕРЕЛІК ПОЗНАЧЕНЬ.....	УМОВНИХ6
ВСТУП.....	7
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ПРОБЛЕМИ БУЛІНГУ В ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ.....	13
1.1. Дослідження булінгу як соціально-педагогічної проблеми в психолого-педагогічній літературі.....	13
1.2. Сутність та чинники виникнення булінгу в початковій школі.....	24
1.3. Особливості проявів булінгу серед молодших школярів.....	32
Висновки до першого розділу.....	355
РОЗДІЛ 2 ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНО-ДОСЛІДНА РОБОТА ЩОДО ПРОФІЛАКТИКИ БУЛІНГУ В РОБОТІ З ДІТЬМИ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	377
2.1. Вивчення вихідного стану профілактики булінгу в освітньо- виховному середовищі початкової школи.....	377
2.2. Характеристика програми профілактики булінгу в молодшому шкільному віці.....	51
2.3. Порівняльний аналіз результатів дослідження.....	62
Висновки до другого розділу.....	698
ВИСНОВКИ.....	70

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	74
--	-----------

ДОДАТКИ.....	81
---------------------	-----------

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ

- ЗЗСО – заклад загальної середньої освіти;
- НУШ – Нова українська школа;
- ЗВО – заклад вищої освіти;
- ПО – початкова освіта;
- ЕГ – експериментальна група;
- КГ – контрольна група;
- МОН України – Міністерство освіти і науки України;
- ОС – освітній ступінь;
- ЗУН – знання, уміння, навички;
- ОПП – освітньо-професійна програма;
- ДСДО – Державний стандарт дошкільної освіти;
- ЕОР – електронні освітні ресурси.

ВСТУП

Актуальність теми. Аналіз психолого-педагогічних джерел виявив стрімке зростання випадків цілеспрямованого жорстокого ставлення до учнів у закладах освіти. Сильніші або старші діти, все частіше обирають слабших як мішені для своїх агресивних дій. Тому сучасні школи стоять перед необхідністю визнати проблему булінгу та створити безпечний простір для навчання, де не буде місця цьому негативному явищу [2].

Вчені, такі як Д. Лейн, Е. Мунте, А. Пікас, Е. Роланд і П. Хайнеманн, першими звернули увагу наукової спільноти на проблему булінгу. Їхні роботи стали початком систематичного вивчення цього явища. Наступним етапом у розвитку досліджень булінгу стала поява на початку 90-х років ХХ століття праць американських вчених. Серед них особливо виділяється модель булінгу, розроблена Д. Ольвеусом, яка стала основоположною для подальших наукових пошуків у цій галузі.

Дослідження психологічних аспектів насильства над дітьми в Україні знайшли своє відображення у працях багатьох науковців, серед яких О. Асмолов, О. Барліт, І. Бердишев, С. Болтівцев, А. Бочавер, Б. Братусь, О. Глазман, Т. Драгунова, О. Дроздов, Н. Левітов, С. Максименко, Н. Максимова, Н. Михайлова, В. Петросянц, О. Синюков, В. Собкін, Н. Солдатенко, А. Черняков та інші.

Питаннями впровадження новітніх методів профілактики агресивної поведінки в освітньому середовищі займалися Р. Безпальча, І. Гайдамашко, М. Жданова, Н. Заверико, Л. Лушпай, О. Романова, А. Чернякова та інші вчені.

Проблема булінгу в освітньому просторі детально досліджена такими вченими, як О. Кормило, О. Кулешова, Л. Міхеєва та Н. Прибіткова. Вони не лише аналізували це явище, а й пропонували шляхи його подолання. Л. Лушпай розширила контекст дослідження, розглядаючи булінг як один із проявів ширшої соціальної проблеми. А. Корнійченко та Є. Соболев зосередилися на причинах та формах булінгу в школах.

Булінг у початковій школі є серйозною проблемою, яка може мати довготривалі наслідки для психічного здоров'я та соціального розвитку дітей. Раннє втручання і запобігання булінгу є ключовими для створення безпечного і сприятливого навчального середовища [6]. Важливість цієї теми важко переоцінити, оскільки дитинство є критичним періодом формування особистості, і негативний досвід булінгу може вплинути на самооцінку, успішність у навчанні та міжособистісні стосунки.

Протидія булінгу в початковій школі вимагає комплексного підходу, який включає роботу з учнями, педагогами та батьками, спрямовану на підвищення обізнаності, розвиток емпатії, створення культури взаємоповаги тощо [45].

Водночас у практиці вищої школи наявна низка суперечностей, яку потрібно розв'язати, такі як:

- сучасні педагоги не завжди мають достатньо знань і навичок, щоб ефективно розпізнавати та реагувати на випадки булінгу. Суперечність полягає в тому, що хоча вчителі вважаються головними модераторами поведінки в класі, часто їм бракує інструментів для належного втручання;

- теоретичні концепції, закладені в програмі навчання, можуть не відповідати практичним викликам з якими стикаються учні. Наприклад, акцент на академічних досягненнях може залишати менше уваги соціально-емоційному розвитку та створенню толерантної атмосфери.

- сучасна освіта інтегрує цифрові технології, що створює нові форми булінгу, зокрема кібербулінг; проте школи та педагоги часто не мають ефективних методів боротьби з онлайн-агресією.

Розуміння механізмів булінгу та його впливу на дітей є першим кроком до створення безпечного освітнього простору, де кожна дитина може відчувати себе захищеною і цінною, саме тому так важливо протидіяти йому у перші роки навчання в школі. Виходячи з цього, а саме враховуючи науково-практичну значимість й актуальність окресленої проблеми, її недостатню теоретичну розробленість та нагальну необхідність розв'язати виявлені суперечності обумовили вибір теми дослідження: **«Протидія та запобігання булінгу в освітньому середовищі початкової школи».**

Мета та завдання дослідження. *Мета дослідження* – теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити ефективність профілактичних заходів щодо запобігання булінгу в початковій школі, спрямованих на створення безпечного та підтримуючого освітнього середовища.

Для досягнення мети дослідження визначено такі *завдання*:

1. Окреслити теоретичний аспект досліджуваної проблеми булінгу у сучасній педагогічній літературі та дослідити можливість й ефективність його протидії та запобіганню.
2. Розглянути передумови виникнення булінгу в шкільному середовищі початкової школи та особливості булінгу у дітей молодшого шкільного віку.
3. Дослідити стан профілактики булінгу в шкільному середовищі початкової школи.
4. Перевірити ефективність запропонованого комплексу заходів щодо профілактики булінгу в роботі з дітьми молодшого шкільного віку.

Об'єкт дослідження – профілактика булінгу в шкільному середовищі.

Предмет дослідження – педагогічні умови профілактики булінгу в роботі з дітьми молодшого шкільного віку початкової школи.

Для розв'язання поставлених завдань і досягнення мети на всіх етапах дослідження використано такі **методи дослідження**:

теоретичні: вивчення та аналіз документів, що включає в себе аналіз психолого-педагогічних, методичних та нормативних документів з метою уточнення поняття «булінг». Аналіз спеціальної літератури: оцінка літературних

джерел з метою визначення і обґрунтування досліджуваного феномена «протидія та запобігання булінгу» та розкриття його структури. Визначення критеріїв і рівнів обізнаності щодо протидії булінгу серед молодших школярів: розробка критеріїв для оцінки рівня освіченості дітей щодо булінгу у молодшому шкільному віці.

емпіричні: метод опитування – використовується для збору даних щодо обізнаності дітей про психологічні та фізичні цькування. Педагогічний експеримент – дозволяє перевірити ефективність запропонованого комплексу заходів для підвищення рівня обізнаності дітей щодо протидії булінгу. Метод обробки результатів: Використовується для аналізу та узагальнення даних, отриманих під час опитування та педагогічного експерименту.

статистичні: статистична обробка отриманих експериментальних даних для кількісного та якісного аналізу результатів дослідження.

Практичне значення отриманих результатів. Отримані результати дослідження мають значення для розуміння сутності булінгу як педагогічного потенціалу та їхньої цінності в контексті виховання дітей. Вони служать підставою для розробки теорії, методики та практичного досвіду використання засобів протидії та запобігання булінгу у закладах середньої освіти

Проектування методичних рекомендацій для вчителів ЗЗСО та вихователів ЗДО є важливим кроком, який допоможе систематизувати та передати знання та методи використання профілактики булінгу в практичну діяльність. Це сприятиме ефективному впровадженню цього педагогічного потенціалу у виховний процес та розширенню психологічного та емоційного розвитку дітей молодшого шкільного віку.

Зокрема було розроблено та проведено ряд заходів для запобігання булінгу, зокрема наступні: інтерактивна гра «Шоу-інтуїція», квест-гра «Загадка емоцій», настільна гра «Чарівна подорож», заняття на теми «Прості істини», «Один-два – разом», всешкільна акція «Дерево умінь», виховна година «Переселенці» та тренінг «Як допомогти булеру». Така програма допомогла учням початкових класів краще розуміти свої емоції та будувати доброзичливі

стосунки, формуючи навички ефективного спілкування та розвиваючи емпатію. Завдяки інтерактивним заняттям діти навчилися конструктивно вирішувати конфлікти, розпізнавати булінг і протистояти йому. Це сприяло створенню більш згуртованого та безпечного освітнього середовища.

База дослідження: Експериментальне педагогічне дослідження проводилось на базі Чернігівської загальноосвітньої школи І ступеня №25 та Чернігівської гімназії № 30. У дослідженні приймали участь учні 4-х класів, два класи по 30 учнів у кожному. Діти були поділені на дві групи (експериментальна та контрольна). 4-А клас Чернігівської гімназії №30 був експериментальною групою, 4-А клас школи № 25 був контрольним.

Матеріали можуть бути корисними для викладачів закладів вищої освіти, педагогів загальноосвітніх шкіл у їхній професійній діяльності, а також для студентів – майбутніх учителів початкової школи під час їхньої підготовки у закладах вищої освіти. Результати дослідження *впроваджені* в освітній процес закладів загальної середньої освіти.

Апробація результатів дослідження: Результати дослідження висвітлено в публікаціях автора:

–*міжнародні:* II Міжнародна науково-практична онлайн-конференція «Розвиток освіти в європейському просторі: національні виклики та транснаціональні перспективи», 14-15 листопада 2024 р., Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя;

– *всеукраїнські:* всеукраїнська науково-практична студентська конференція «Контексти наукових досліджень Володимира Бондаря. Адаптивне навчання студентів в умовах воєнного стану та відновлення України»;

II Регіональна науково-практична конференція «Синергія сучасних технологій та розвивальних ігор для дітей старшого дошкільного віку»; «Теорія і практика сучасної освіти та науки в Україні у світлі ідей К. Д. Ушинського (1823/1824-1870/1871)», (29 березня 2024 р., м. Чернігів); «Технології виховання і розвитку дітей в умовах сучасного закладу дошкільної освіти»

Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка(25 вересня 2024 р.).

Публікації. Результати дослідження висвітлено у публікаціях автора, зокрема:

1. Смолянко Ю. М., Пашковська В. Ю. Експериментально-дослідна робота щодо профілактики булінгу в освітньому середовищі початкової школи. Міжнародна конференція «Evolution and Improvement of Traditional Approaches to Scientific Research». Ljubljana, Slovenia, 2024. С. 112-115.

2. Пашковська В. Ефективні стратегії формування безпечного освітнього середовища у початковій школі. І Всеукраїнські педагогічні читання пам'яті Володимира Бондаря «Контексти наукових досліджень Володимира Бондаря. Адаптивне навчання студентів в умовах воєнного стану та відновлення України», Київ, 2024, С. 80-83.

Результати дослідження оприлюднено у формі *тези доповідей* на міжнародній та всеукраїнській конференціях.

Структура магістерської роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел (65 найменувань). Загальний обсяг становить 121 сторінок, зокрема 67 сторінок основного тексту.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ПРОБЛЕМИ БУЛІНГУ В ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ

1.1. Дослідження булінгу як соціально-педагогічної проблеми в психолого-педагогічній літературі

З метою захисту прав дитини, забезпечення безпеки в освітніх закладах та збереження здоров'я підростаючого покоління, Указом Президента України від 25 травня 2020 року було затверджено Національну стратегію, яка спрямована на створення безпечного освітнього середовища в новій українській школі (далі НУШ)[41]. Поняття «Безпечне освітнє середовище» детально розкрито в Законі України «Про повну загальну середню освіту» [43].

Незважаючи на те, що насильство засуджується суспільством, воно продовжує існувати в людських взаєминах. Школи, які мають бути безпечним простором для навчання і розвитку, часто стають місцем, де діти стикаються з насильством. Це може бути як фізичне насильство, так і психологічне, як одноразовий інцидент, так і систематичне цькування, тобто булінг. Тому створення безпечного освітнього середовища, де кожна дитина почуватиметься захищеною, є одним з найважливіших завдань суспільства.

Булінг – це систематичне використання сили або впливу для залякування іншої особи. Це може бути як фізичне насильство (удари, поштовхи, відбирання речей), так і психологічне (образи, погрози, розповсюдження чуток, ігнорування, соціальна ізоляція). Булінг часто повторюється і здійснюється групою осіб або однією особою, яка має певну перевагу над жертвою, наприклад, фізичну силу, популярність або доступ до певних ресурсів. Така поведінка спрямована на підриг самооцінки жертви, створення у неї почуття страху та безпорадності, а також на встановлення домінування в соціальній групі [19].

Нинішня ситуація в країні та супутні їй соціальні потрясіння стали потужним каталізатором зростання насильства в українському суспільстві. Знецінення сімейних цінностей та розрив між поколіннями сприяють поширенню агресивної поведінки, особливо серед молоді. У результаті, проблема булінгу в школах набуває все більших масштабів.

Поняття булінг в нашому суспільстві є досить новим і ще недостатньо дослідженим. Незважаючи на це, недостатнє вивчення теми не зменшує її важливості та актуальності. Це питання залишається в центрі уваги наукової спільноти та практиків, які прагнуть знайти ефективні способи його вирішення. Категорія насильства досліджується як вітчизняними, так і міжнародними науковцями, проте досі немає єдиного загальноприйнятого визначення цього поняття в науковому середовищі [31].

Закон України «Про освіту» чітко визначає булінг як будь-які дії, спрямовані на заподіяння шкоди психічному або фізичному здоров'ю учасників освітнього процесу. Це може бути як фізичне насильство (удари, штовхання, відбирання речей), так і психологічний тиск (образи, погрози, ігнорування, розповсюдження чуток), а також кібербулінг (залякування через інтернет, соціальні мережі, месенджери). Важливою особливістю законодавчого визначення булінгу є те, що воно охоплює не лише активні дії, спрямовані на шкоду, але й бездіяльність, яка може призвести до негативних наслідків для потерпілого. Наприклад, якщо свідки булінгу ігнорують цю проблему або приєднуються до кривдників, їхні дії також можуть кваліфікуватися як булінг [40].

Закон передбачає комплекс заходів щодо протидії булінгу, включаючи обов'язкове розслідування кожного випадку, надання психологічної допомоги потерпілим, застосування дисциплінарних стягнень до кривдників та розробку програм профілактики булінгу в освітніх закладах. Таким чином, українське законодавство створює правові основи для створення безпечного освітнього середовища, вільного від насильства та дискримінації [42].

У наказі МОН «Про затвердження Плану заходів, спрямованих на запобігання та протидію булінгу (цькуванню) в закладах освіти» йдеться про заходи з профілактики булінгу, які передбачені ЗУ «Про освіту». Зокрема, цей наказ визначає такі напрямки роботи:

– Інформаційно-просвітницька робота: проведення тематичних заходів, поширення інформаційних матеріалів, створення сайтів та сторінок у соціальних мережах.

– Навчання педагогічних працівників: проведення тренінгів та семінарів з питань профілактики та протидії булінгу.

– Розвиток соціальних навичок учнів: проведення тренінгів з розвитку емпатії, толерантності, комунікативних навичок та вміння вирішувати конфлікти.

– Співпраця з батьками та громадськістю: проведення батьківських зборів, залучення батьків до участі у профілактичних заходах.

– Моніторинг та оцінка ефективності заходів: збір та аналіз інформації про випадки булінгу, оцінка ефективності профілактичних заходів.

Також, серед інших нормативних документів є лист МОН «Про створення безпечного освітнього середовища в закладі освіти та попередження і протидію булінгу (цькуванню)». Цей лист надає школам практичні рекомендації щодо створення безпечного освітнього середовища та профілактики булінгу. Він зосереджується на таких аспектах:

– Створення атмосфери поваги: формування в школі атмосфери толерантності, взаємоповаги та відповідального ставлення один до одного.

– Ознайомлення з правилами поведінки: розробка та ознайомлення учнів з чіткими правилами поведінки та процедурами повідомлення про булінг.

– Залучення батьків: інформування батьків про ознаки булінгу та способи реагування, залучення їх до співпраці зі школою.

– Створення системи підтримки: розробка системи підтримки для дітей, які постраждали від булінгу та сприяння їхній реінтеграції в освітній процес.

Ці три документи доповнюють один одного та створюють цілісну систему правового регулювання профілактики булінгу в Україні. Закон "Про освіту" встановлює загальні принципи та обов'язки, Наказ МОН конкретизує заходи, а Лист МОН надає практичні рекомендації.

Наприкінці ХХ століття Ендрю Адамс запровадив термін «булінг». У багатьох країнах для позначення цього явища частіше використовують слово «мобінг» (агресія групи проти іншої групи або окремої особи). Сам факт існування хуліганства та жорстокості серед дітей підкреслює серйозність цієї проблеми. Уже більше двох десятиліть тривають обговорення щодо складності її подолання [2].

Зосереджуючись на історичному аспекті, можна простежити, як проблема булінгу поступово перетворювалася на предмет наукового дослідження. Саме скандинавські вчені, такі як Дан Ольвеус, Пекка Хайнеманн, Астрід Пікас та Ерік Роланд, заклали фундамент для системного вивчення цього явища у шкільному середовищі. Їхні піонерські дослідження, проведені в середині ХХ століття, допомогли ідентифікувати ключові характеристики булінгу, визначити його типи та проаналізувати наслідки для жертв та кривдників. [59].

Згодом інтерес до проблеми булінгу поширився на інші країни. Британські дослідники, серед яких Вільям Т. Ортон, Девід А. Лейн, Девід П. Таттум та Енн Мунте, зробили значний внесок у розвиток цієї галузі знань. Вони досліджували не лише прояви булінгу в школах, але й його вплив на довгострокову перспективу, а також розробляли програми запобігання та протидії цькуванню. У США ж проблема булінгу стала предметом широкого обговорення на початку 1990-х років. Американські дослідники зосередилися на розробці ефективних стратегій протидії булінгу, а також на вивченні ролі різних факторів, які сприяють його виникненню (наприклад, особливості шкільного клімату, сімейні проблеми, вплив масової культури) [61].

За визначенням Глазмана та Олвеуса, булінг – це тривале цькування, коли сильніший принижує та ображає слабшого. Тобто, це свідоме та повторюване насильство, засноване на нерівності. Така форма взаємодії передбачає наявність

кривдника, який має більшу соціальну або фізичну силу, та жертви, яка зазнає систематичного переслідування[3]. Булінг часто супроводжується такими проявами, як фізичні напади, словесні образи, залякування, соціальна ізоляція, розповсюдження чуток та інші форми психологічного тиску. Важливою характеристикою булінгу є його тривалість та повторюваність, що відрізняє його від поодиноких конфліктів між ровесниками. Крім того, булінг часто відбувається в присутності свідків, які можуть як підтримувати кривдника, так і залишатися пасивними спостерігачами.

Аналізуючи визначення булінгу, запропоноване Д. Ольвеусом, можна виділити чотири його основні складові: цілеспрямовану агресію, яка повторюється з певною регулярністю; нерівномірний розподіл влади між учасниками конфлікту; та наявність умислу завдати шкоди. Таким чином, булінг – це не просто конфлікт, а систематичне насильство, що ґрунтується на нерівності [53].

За визначенням А. Гунька та Т. Веретенко, булінг – це форма соціальної агресії, яка виникає внаслідок зловживання своєю силою, статусом або соціальним положенням з метою систематичного залякування, приниження та заподіяння шкоди іншим особам, які мають меншу силу чи статус [8].

О. Ожиєва слушно зазначає, що хоча термін "булінг" відносно новий, явище, яке він описує, має глибокі історичні корені. Насильство між людьми, особливо в дитячому та підлітковому середовищі, існувало завжди, проте його прояви та форми з часом змінювалися. Булінг – це не просто сучасне явище, а скоріше вічна проблема людства, яка виявляється в різних культурах і історичних епохах. Від відштовхування слабших в античних школах до сучасного кібербулінгу – суть залишається незмінною: це навмисне використання сили, статусу або соціального впливу для приниження, залякування та заподіяння шкоди іншим.

Сучасний термін "булінг" дозволяє нам більш точно ідентифікувати та аналізувати це явище, а також розробляти ефективні стратегії його подолання. Однак, розуміючи історичні корені булінгу, можемо глибше проникнути в

природу цього явища і розробити більш комплексні та довготривалі рішення [45].

За визначенням Т. Доукіної, булінг – це свідоме та систематичне використання сили або впливу для того, щоб завдати іншій людині моральних чи фізичних страждань, принизити її гідність і встановити над нею домінування [34]. Центри контролю та профілактики захворювань (CDC) визначають булінг як будь-яку агресивну поведінку, яка систематично повторюється стосовно однієї й тієї ж особи і не має на меті самозахист [39].

Вітчизняний науковець Н. Прібиткова підкреслює, що у світовій практиці булінг розглядається як прояв дискримінації дитини, що виявляється у фізичних та психічних формах насильства [38]. Ендрю Міллер і Девід Лейнс визначають булінг як тривалий процес свідомого завдання фізичної та психічної шкоди з боку однієї чи групи дітей іншій дитині [60].

Існує безліч теорій, які намагаються пояснити складне явище булінгу. Різноманітність підходів до вивчення булінгу відображає його багатогранність та залежність від багатьох факторів. Одні дослідники зосереджуються на індивідуальних особливостях учасників булінгу: особистісних характеристиках кривдників, таких як агресивність, імпульсивність, низька самооцінка, або ж психологічних особливостях жертв, наприклад, низькій самооцінці, сором'язливості чи соціальній ізоляції. Інші дослідники вивчають соціальні контексти, в яких відбувається булінг, звертаючи увагу на клімат у школі або в сім'ї, наявність або відсутність підтримки з боку однолітків та дорослих, а також на культурні норми та цінності, які можуть сприяти або перешкоджати булінгу.

Л. Кішлі вважає, що основною рисою булінгу є емоційне приниження і образа почуттів людини, що призводить до її ізоляції з групи. Дослідниця зазначає, що булінг проявляється у вигляді агресивної поведінки, спрямованої на приниження почуттів, висловлення негативних емоцій та принизливих оцінок щодо іншої особи. Водночас булінг не є порушенням закону, оскільки у

кримінальному кодексі, як правило, немає статті, що передбачає покарання за таку поведінку [64].

П. Рандолл справедливо зазначає, що булінг – це не вроджена риса особистості, а результат складних соціальних процесів. Жодна дитина не народжується з бажанням завдавати шкоди іншим. Навпаки, булінг – це навчена поведінка, яка формується під впливом різних факторів. До них належать неадекватні моделі виховання, де агресія та насильство можуть сприйматися як норма, а також відсутність емпатії та соціальних навичок у дитини. Крім того, важливу роль відіграє соціальне оточення: якщо в групі однолітків булінг схвалюється або толерується, то дитина швидше засвоїть цю поведінку як прийнятну. Таким чином, булінг – це результат взаємодії індивідуальних особливостей дитини та соціальних умов, в яких вона розвивається [63].

Дж. Салісбері доводить, що хлопці частіше вдаються до булінгу. Багато вчителів вважають таку поведінку прийнятною для хлопців, пояснюючи це стереотипом «хлопці завжди будуть хлопцями», і вважаючи, що на генетичному рівні вони мають схильність до агресії. Сумним наслідком такого підходу з боку педагогів є також ставлення самих учнів до насильницької та образливої поведінки. Багато дівчат і хлопців сприймають таку поведінку як норму [65].

Булінг, особливо поширений у закладах загальної середньої освіти, має руйнівний вплив на психічне та фізичне здоров'я дітей. Це складне явище, яке породжує широкий спектр негативних наслідків, що пронизують усі сфери життя дитини. На педагогічному рівні булінг призводить до зниження успішності, труднощів з концентрацією уваги, небажання відвідувати школу та, як наслідок, до шкільної дезадаптації. Жертви булінгу часто відчувають тривогу, страх та безпорадність, що негативно впливає на їхню мотивацію до навчання.

На психологічному рівні наслідки булінгу ще більш серйозні. Діти, які зазнають цькування, часто відчувають самотність, ізоляцію, зниження

самооцінки та розвивають комплекс неповноцінності. Вони можуть стати більш тривожними, агресивними або, навпаки, пасивними та замкнутими. У довгостроковій перспективі булінг може призвести до розвитку посттравматичного стресового розладу, депресії та інших психічних розладів.

Крім того, булінг може мати й медичні наслідки. Фізичне насильство, яке часто супроводжує психологічне, може призвести до травм, а тривалий стрес – до ослаблення імунної системи. У найважчих випадках булінг може спровокувати суїцидальні думки та спроби [13].

Шкільний булінг – набагато поширеніша проблема, ніж можемо собі уявити. За даними Українського інституту дослідження екстремізму, майже кожна українська дитина стикалась з його проявами. Шокуючим є той факт, що більшість дітей, які зазнають психологічного насильства, мовчать про це або вважають його нормою.

Булінг – це поширена проблема в сучасних школах, яка виявляється у формі небажаної агресії між учнями. Цей феномен характеризується систематичними приниженнями, залякуваннями та іншими формами насильства.

Дослідження чітко демонструють, що певні групи дітей, зокрема ті, хто має труднощі з спілкуванням, діти з неблагополучних або малозабезпечених сімей, а також діти, вимушено переміщені, знаходяться під підвищеним ризиком зазнати булінгу. Війна та соціальна нерівність посилюють їхню вразливість і ускладнюють процес соціальної адаптації [44].

Оскільки більшу частину свого часу діти проводять саме в навчальних закладах, школи несуть відповідальність за створення безпечного та сприятливого середовища для навчання і розвитку кожного учня. Саме в школах формуються особистісні якості, цінності та переконання, які супроводжуватимуть дітей усе життя. Незважаючи на численні виклики, з якими стикаються сучасні українські школи, вони залишаються важливим інструментом соціалізації підростаючого покоління. Тому забезпечення безпеки та добробуту учнів є одним із пріоритетних завдань педагогічних працівників.

Незважаючи на зростаючий інтерес до проблеми шкільного булінгу серед науковців, комплексного дослідження цього явища поки що недостатньо. Проте, фахівці підкреслюють важливість своєчасної професійної допомоги учням, які проявляють агресію, як ефективного засобу корекції та профілактики девіантної поведінки [58].

Поняття "булінг" у науковій літературі має досить широке коло тлумачень, що охоплює різні галузі знань, такі як психологія, педагогіка та правознавство. Одним з перших, хто звернув увагу на цю проблему та запропонував своє визначення, був норвезький дослідник Дан Ольвеус. Він розглядав булінг як повторювані негативні дії, спрямовані на одного учня з боку одного або кількох його однолітків.

Згідно з визначенням Ганса Лейманна, булінг – це не просто одноразові конфлікти, а тривалі, повторювані дії, спрямовані на приниження та залякування іншої людини. Жертви булінгу часто відчують тривогу, страх, безпорадність і можуть бути виключені з соціального оточення. Можемо стверджувати, що загальноприйняте визначення терміна «булінг» так і не було сформульоване. Існують різні погляди на визначення цього поняття. Багато дослідників пояснюють, що булінг полягає у навмисному демонструванні шкідливої поведінки, спрямованої на інших. Це може проявлятися як у завданні фізичної шкоди, так і у вигляді психологічного впливу [49].

Проаналізувавши наукові дослідження західних вчених, зазначимо, що шкільний булінг проявляється у двох основних формах: фізична (удари, стусани, побої) та психологічна (образи, погрози, залякування). Фізичний булінг включає в себе широкий спектр агресивних дій, таких як штовхання, удари, побиття та інші форми тілесних ушкоджень. Деякі дослідники також відносять до фізичного булінгу дії сексуального характеру [35].

Психологічне цькування – це прихована форма насильства, яка завдає глибоких психологічних травм. На відміну від фізичного насильства, яке часто видно неозброєним оком, психологічний булінг може бути більш тонким і підступним. Він проявляється у систематичних, тривалих діях, спрямованих на

підрив самооцінки жертви, викликання в неї страху, тривоги та відчуття самотності.

Шкільний булінг – це комплексне явище, яке проявляється різноманітними формами та змінюється з віком.

– Ранні прояви: Перші ознаки булінгу можуть з'являтися вже в дошкільному віці. Це можуть бути легкі форми агресії, такі як штовхання, відбирання іграшок, вербальні образи.

– Фізичний пік: У початковій школі фізичний булінг досягає свого піку. Діти часто використовують силу для вирішення конфліктів, що може призводити до травм та психологічних травм у жертв.

– Перехід до психологічних форм: З переходом у середню школу фізичні прояви булінгу зменшуються, поступаючи місцем більш тонким формам психологічного насильства. Це можуть бути:

– Словесні образи: Приниження, насмішки, розповсюдження чуток.

– Соціальне виключення: Ігнорування, бойкот, створення груп, куди жертву не допускають.

– Кібербулінг: Використання інтернету для залякування, розповсюдження образливого контенту.

– Роль вчителів: На жаль, іноді ініціаторами булінгу можуть бути вчителі. Систематичні приниження з боку педагогів завдають шкоди психологічному здоров'ю дитини і можуть призвести до тривалих наслідків.

– Статеві особливості: Хлопчики частіше вдаються до фізичного насильства, тоді як дівчата використовують більш тонкі психологічні маніпуляції.

– Причини булінгу: Причини булінгу можуть бути різноманітними: бажання домінувати, невпевненість у собі, бажання бути прийнятим в групі, заздрощі тощо.

– Наслідки для жертви: Булінг може призвести до серйозних наслідків для жертви, включаючи депресію, тривогу, зниження самооцінки, проблеми зі здоров'ям та навіть суїцидальні думки [15].

Причини булінгу різноманітні та пов'язані з різними аспектами особистості дитини: зовнішнім виглядом, успішністю в навчанні, фізичними можливостями, матеріальним станом, а також особливостями характеру. Будь-яка відмінність від загальноприйнятих норм може стати приводом для цькування.

Н. Прібиткова детально охарактеризувала типового учня, який стає жертвою булінгу. Це, зазвичай, дитина з низкою певних рис, які роблять її вразливою до цькування. До таких рис належать:

– Соціальна невпевненість: Жертви булінгу часто є сором'язливими, замкнутими в собі, мають низьку самооцінку і відчують труднощі у спілкуванні з однолітками.

– Емоційна вразливість: Вони схильні до переживань, тривоги та депресивних станів. Часто відчують безпорадність і не вміють захистити себе.

– Фізична слабкість: Хлопчики, які стають жертвами булінгу, зазвичай мають більш слабку фізичну статуру порівняно зі своїми однолітками, що робить їх легкою мішенню для агресорів[38].

Таблиця 1.1.

Ключові компоненти сформованості готовності до роботи із ситуаціями булінгу в освітньому процесі початкової школи

Компонент	Змістова характеристика
Когнітивний	Знання про булінг – це складну проблему, яка включає в себе кілька ролей: булер (той, хто залякує), жертва (той, кого залякують), спостерігач (той, хто бачить булінг), послідовник (той, хто підтримує булера) і захисник (той, хто захищає жертву). Щоб зрозуміти, чому виникає булінг і як його зупинити, потрібно вивчити, як ці ролі взаємодіють між собою і як вони впливають на кожного учасника.
Мотиваційно-	Позитивне ставлення до роботи в освіті, особливий

оцінний компонент	інтерес до роботи з підлітками, висока мотивація до вирішення проблем булінгу, вміння оцінювати власні можливості та здатність до саморозвитку.
Операційний компонент	Здатність розбиратися у складних ситуаціях учнівського колективу, володіння психолого-педагогічними інструментами для впливу на поведінку дітей, вміння підбирати відповідний стиль спілкування та досвід роботи з проблемою булінгу.
Емоційний компонент	Здатність аналізувати невербальні сигнали, розпізнавати емоції дітей та підлітків, зберігати емоційну рівновагу у стресових ситуаціях, пов'язаних зі спілкуванням.
Особистісний компонент	Здатність до самовдосконалення, глибоке розуміння динаміки взаємин у дитячому колективі, вміння прогнозувати розвиток подій та аналізувати складні міжособистісні ситуації

1.2. Сутність та чинники виникнення булінгу в освітньому процесі початкової школи

Згідно із Законом України [40] «Про протидію булінгу», булінг – це системне та повторюване вчинення насильницьких дій учасниками освітнього процесу, спрямованих на заподіяння шкоди фізичному, психологічному або соціальному добробуту іншої особи. Такі дії можуть проявлятися у різних формах, включаючи:

1. Фізичне насильство: удари, штовханини, пошкодження майна, примус до виконання небезпечних дій тощо.
2. Психологічне насильство: образи, погрози, ізоляція, розповсюдження неправдивої інформації, насмішки, приниження тощо.

3. Економічне насильство: вимагання грошей, цінностей, пошкодження особистого майна.

Важливо зазначити, що булінг може здійснюватися як безпосередньо, так і за допомогою електронних засобів комунікації (кібербулінг), наприклад, через соціальні мережі, месенджери чи електронну пошту. Закон також підкреслює, що булінг може мати тривалі негативні наслідки для здоров'я та розвитку дитини, включаючи депресію, тривогу, зниження самооцінки, проблеми з навчанням та адаптацією в соціумі.

Хоча закон визначає булінг як шкільне явище, він може відбуватися будь-де, де є діти та підлітки. Найчастіше це місця, де відсутній прямий контроль дорослих: шкільні коридори, вбиральні, двори, а також поза школою – у дворах будинків, по дорозі додому. Навіть вдома, яке має бути безпечним простором, діти можуть ставати жертвами булінгу, особливо у формі кібербулінгу через інтернет.

Булінг суттєво відрізняється від звичайних конфліктів. Його ключові ознаки: систематичне повторення насильницьких дій (фізичних, психологічних, економічних або в мережі) щодо однієї й тієї ж особи; наявність злого умислу у кривдника, який прагне завдати шкоди, принизити та залякати жертву; нерівність сил між учасниками, що дозволяє булеру домінувати; відсутність каяття у вчиненому. Булінг – це не випадковість, а навмисна та тривала атака, яка потребує зовнішнього втручання для припинення [53].

Сьогодні існує кілька основних форм цькування:

1. Словесне насильство: глузування, приниження, образливі прізвиська, постійні зауваження та несправедлива критика, що відбуваються при інших людях.

2. Соціальна ізоляція: навмисне ігнорування, відмова від спілкування, бойкот, виключення зі спільної діяльності. Жертва цькування опиняється в повній самоті.

3. Фізичне насильство: прямі фізичні атаки, такі як побиття, штовханини, пошкодження речей.

Ці форми цькування часто поєднуються між собою, посилюючи негативний вплив на жертву. Тривалі психологічні травми, спричинені цькуванням, можуть мати серйозні наслідки для здоров'я та розвитку дитини.

Шкільне цькування – це складне явище, яке виникає внаслідок взаємодії різних факторів. З одного боку, це ситуація в колективі, особливості спілкування між дітьми та поведінка дорослих. З іншого боку, це пов'язано з особистісними особливостями самих учасників конфлікту.

Для розуміння динаміки цькування психологи використовують так званий «драматичний трикутник Карпмана». В його рамках виділяють три основні ролі: переслідувач (той, хто цькує), жертва і рятівник. Крім того, існують пасивні учасники – спостерігачі, які не беруть активної участі в ситуації [30].

У процесі булінгу можна виділити три основні ролі:

1. Булер (кривдник): Це активний учасник конфлікту, який ініціює та вчиняє насильницькі дії щодо іншої дитини, завдаючи їй фізичної чи психологічної шкоди.
2. Жертва: Це дитина, яка зазнає негативного впливу з боку булера, стаючи об'єктом цькування та переслідувань.
3. Спостерігачі: Це діти, які є свідками булінгу. Вони можуть бути як активними учасниками, підтримуючи булера, так і пасивними, які спостерігають за ситуацією, не втручаючись.

В початковій школі булери часто користуються підвищеною популярністю серед однолітків. Їх сприймають як лідерів, сильних і впевнених у собі. Однак з переходом у середню школу ця ситуація зазвичай змінюється. Діти починають цінувати інші якості, такі як доброта, справедливість, вміння співпрацювати. Тому булери поступово втрачають свій вплив, а лідерами стають ті, хто не вдається до насильства.

Ця зміна соціальних ролей пов'язана з тим, що з віком діти стають більш свідомими наслідків своїх вчинків і починають розуміти, що булінг – це неприпустима поведінка. Крім того, в старших класах формуються більш стійкі

дружні зв'язки, засновані на взаємоповазі та підтримці, що робить булінг менш поширеним явищем.

Що стосується вибору жертв, то булери часто спочатку вибирають декількох дітей, які, на їхню думку, є найбільш вразливими. Проте з часом вони, як правило, зосереджуються на одній жертві, яку систематично цькують. Такий вибір обумовлений бажанням булера підсилити власну значимість за рахунок приниження іншої людини.

Найбільш руйнівні наслідки булінгу відчують саме жертви. Постійний стрес, страх, відчуття самотності та безпорадності можуть призвести до розвитку серйозних психологічних проблем, таких як депресія, тривожні розлади, а також фізичних захворювань. Жертви булінгу часто втрачають інтерес до навчання, друзів, хобі, ізолюються від оточення. Крім того, вони можуть розвинути низьку самооцінку, відчуття власної неповноцінності та недовіру до інших людей. [9].

Причини, чому діти вдаються до цькування, різноманітні. Часто це пов'язано з їхнім особистим досвідом:

- Травматичний досвід: Діти, які зазнають насильства вдома, можуть переносити цю агресію на інших, особливо на тих, хто є слабшими за них.

- Прагнення до лідерства: Деякі діти намагаються довести свою силу і значимість через приниження інших, особливо якщо їм не вдається досягти успіху іншими способами.

- Вплив сімейних цінностей: Діти, які виховуються в сім'ях, де панують нетерпимість, агресія та дискримінація [22].

Не завжди булери усвідомлюють наслідки своїх дій. Часто вони керуються бажанням:

- Показати свою силу: Через цькування вони намагаються довести свою перевагу над іншими.

- Вплинути на ситуацію: Булінг може бути способом контролювати оточення та відчувати себе важливим.

– Сформувати свою особистість: Деякі підлітки вважають, що агресивна поведінка допоможе їм здаватися сильними та незалежними [54].

Залежно від реакції на булінг, жертви можна поділити на кілька типів:

- Пасивні жертви: Це найбільш поширений тип. Такі діти зазвичай реагують на знущання страхом, плачем, відстороненістю. Їхня пасивність лише заохочує булерів продовжувати цькування [51].

- Провокатори: Ці жертви, навпаки, можуть провокувати булерів, реагуючи агресивно або надмірно емоційно. Хоча вони можуть здаватися більш сильними, насправді вони також страждають від булінгу і часто відчують безвихідь.

- Хронічні жертви: Це діти, які постійно стають мішенню для булерів. Вони часто змінюють середовище, але проблема не зникає. Така тривала травма може призвести до дуже серйозних наслідків, аж до суїциду [5].

Кожна дитина може стати жертвою булінгу. Причини цього різноманітні: відмінності у зовнішності, характері, соціальному статусі. Часто булери обирають собі за мішень тих, хто виділяється з маси: "білих ворон", "чужинців", дітей з низькою самооцінкою. Цікаво, що причини цькування "маминих синків" і "білих ворон" мають суттєві відмінності.

Діти, які найчастіше стають жертвами шкільного цькування, часто мають менш розвинені соціальні навички. Це означає, що їм важче:

- Вступати в контакт з однолітками: Знаходити спільну мову, заводити друзів, будувати міцні соціальні зв'язки.

- Відстоювати свою точку зору: Виражати свої думки, почуття, бажання, не боячись бути осміяними або відкинутими.

- Давати відсіч агресії: Захищати свої особисті кордони, протистояти тиску групи, не дозволяти маніпулювати собою.

Така вразливість робить їх легкою мішенню для булерів. Діти, які не вміють адекватно реагувати на провокації, часто стають об'єктом постійних насмішок і знущань. Їхні емоційні реакції (плач, невпевненість, збентеження) лише підсилюють агресію кривдників [16].

Жертвами булінгу часто стають діти з особливими рисами. Це можуть бути як інтроверти, які віддають перевагу самотності, так і гіперактивні діти, які не завжди можуть контролювати свою поведінку. Зовнішні особливості, такі як зовнішність чи фізичні вади, також можуть зробити дитину мішенню для насмішок. Однак, більш важливою є здатність дитини захистити себе. Діти, які часто хворіють або мають нестандартні погляди, також часто потрапляють під цькування через свою відмінність від інших [15].

У дитини-жертви можуть виникнути проблеми у взаємодії з оточуючими, причому вони можуть проявитися і в юності, і в молодості, і навіть у зрілому віці [29].

Спостерігачі, навіть ті, хто здаються пасивними учасниками, відіграють значно важливішу роль у процесі булінгу, ніж може здатися на перший погляд. Їхні реакції, підтримка або мовчання можуть суттєво вплинути як на жертву, так і на кривдника, перетворюючи їх на активних співучасників насильства. Виділяють такі групи спостерігачів залежно від ступеня прихильності до булера:

- Активні прихильники: Безпосередньо беруть участь у булінгу, підтримуючи і підбадьорюючи кривдника.
- Пасивні прихильники: Не беруть активної участі, але схвалюють дії булера своїми посмішками, кивками головою тощо.
- Нейтральні спостерігачі: Не засуджують булінг, але й не підтримують його. Вони просто спостерігають за тим, що відбувається.
- Потенційні захисники: Розуміють, що булінг – це неправильно, але бояться втрутитися.
- Захисники жертви: Відкрито виступають проти булінгу, намагаються допомогти жертві і зупинити кривдника.

Дослідники, аналізуючи причини шкільного цькування, звертають увагу на біологічні фактори, які можуть впливати на поведінку підлітків. Згідно з теоріями психоаналізу та етології, агресивні інстинкти та прагнення до домінування є природними для людини. У дитячих колективах, де соціальні

норми ще не повністю сформовані, ці інстинкти можуть проявлятися у формі булінгу. Однак, соціальне оточення і виховання відіграють важливу роль у контролі цих інстинктів [17].

Проблеми з роботою мозку та гормонів можуть призводити до підвищеної збудливості, різких змін настрою та агресивної поведінки.

Найважливішим для педагогів та батьків є розуміння психологічних основ шкільного булінгу. Адже саме дорослі, як перші і найвпливовіші соціальні моделі для дитини, формують її ставлення до світу, людей та себе [27]. Це є важливим з багатьох причин:

- **Створення безпечного середовища:** Розуміючи психологічні причини булінгу, дорослі можуть створити таке середовище, де дитина почуватиметься захищеною та прийнятою. Це допоможе їй розвивати здорові соціальні навички та впевненість у собі.

- **Ефективна профілактика:** Знання психологічних механізмів булінгу дозволяє розробити ефективні програми профілактики. Наприклад, можна проводити тренінги для дітей, спрямовані на розвиток емпатії, толерантності та навичок вирішення конфліктів.

- **Індивідуальний підхід:** Кожна дитина унікальна і має свої особливості. Розуміючи психологічні причини булінгу, дорослі можуть підібрати індивідуальний підхід до кожної дитини, яка стикається з цією проблемою.

- **Співпраця з дитиною:** Знання психологічних аспектів булінгу дозволяє дорослим встановити довірчі стосунки з дитиною, допомогти їй висловити свої почуття та пошукати конструктивні шляхи вирішення проблеми.

Теорія Еріка Берна про трансактний аналіз надає цінні інсайти щодо того, як ранні взаємини дитини з батьками впливають на формування її особистості та подальшу поведінку. Згідно з цією теорією, на основі досвіду взаємодії з батьками дитина формує певні життєві позиції, які стають своєрідними "скриптами" її поведінки.

Основні життєві позиції та їх вплив:

- "Я поганий, ти добрий": Дитина, яка виростає в атмосфері постійної критики та порівняння з іншими, схильна вважати себе невдахою, а інших – успішними та досконалими. Така позиція може призвести до розвитку низької самооцінки, невпевненості в собі та схильності до заздрості.
- "Я добрий, ти поганий": Дитина, яка відчуває себе обділеною увагою або несправедливо ображеною, може розвинути позицію жертви. Вона схильна звинувачувати інших у своїх невдачах і вважати себе безпорадною.
- "Я поганий, ти поганий": Ця позиція формується в умовах, коли дитина відчуває себе повністю самотньою і нездатною довіряти комусь. Вона може проявляти агресію, байдужість або цинізм.
- "Я добрий, ти добрий": Це найконструктивніша позиція, яка сприяє розвитку здорових стосунків з іншими людьми. Дитина, яка має таку позицію, відчуває себе впевнено і сприймає світ як дружелюбний. Дуже пощастило дітям, яким дорослі допомогли виявити свою «доброту», створюючи ситуації, де діти позитивно проявляли себе і переконувалися у своїй значущості, а також у значущості інших [21].

Негативні події в житті дитини, такі як відсутність любові та уваги з боку дорослих, можуть призвести до розвитку агресивної та ворожої поведінки. Брак позитивних емоційних зв'язків деформує поведінку дитини, спонукаючи її до негативних проявів. [14].

Бажання самоствердитися – це природна потреба кожної людини. Проте, коли дитина не вміє знайти конструктивні способи задовольнити цю потребу, вона може вдаватися до деструктивних дій, таких як булінг.

Чому деякі діти обирають шлях булінгу?

- Низька самооцінка: Парадоксально, але часто булери мають низьку самооцінку. Через це вони намагаються підняти свій статус за рахунок приниження інших.

- Страх бути відкинутим: Будучи невпевненими в собі, булери можуть боятися бути відкинутими групою. Тому вони намагаються довести свою силу і значимість, підкоряючи інших.
- Відсутність емпатії: Деякі булери просто не здатні розуміти почуття інших людей. Їм важко поставити себе на місце жертви і уявити, який біль вони завдають.
- Бажання контролю: Булінг може бути способом для дитини відчувати контроль над ситуацією та іншими людьми.
- Наслідування: Діти часто копіюють поведінку своїх однолітків або навіть дорослих. Якщо в їхньому оточенні булінг є нормою, вони можуть сприймати його як прийнятний спосіб вирішення конфліктів.

Дитина, яка вдається до булінгу, часто відчуває сильне роздратування та злість. Ці негативні емоції можуть виникати в ситуаціях, коли дитина стикається з перешкодами на своєму шляху. Наприклад, якщо їй відмовляють у проханні або не хочуть з нею дружити. Важливо навчити таких дітей керувати своїми емоціями та знаходити більш конструктивні способи вирішення проблем [46].

Численні дослідження свідчать, що діти, особливо з емоційною неврівноваженістю, часто моделюють насильницьку поведінку, що демонструється на телебаченні в телепередачах і фільмах. Як окрему причину можна назвати нудьгу. Бездіяльність дитини в школі призводить до пошуку гострих вражень, які часто пов'язані з емоційними реакціями ображених дітей.

Важливо усвідомлювати різноманітність причин шкільного цькування та розуміти непростий характер цього явища. Але найбільше значення для запобігання та профілактики шкільного булінгу, безсумнівно, мають відносини дітей та батьків, а також відносини між учителем та учнем.

1.3. Особливості проявів булінгу серед молодших школярів

Дослідження серед молодших школярів у Великій Британії та Німеччині виявило значні відмінності в поширеності булінгу. Хоча типи булінгу в обох країнах схожі, а хлопчики частіше бувають як жертвами, так і булерами, загальний рівень цькування в англійських школах виявився значно вищим, ніж у німецьких. Зокрема, кількість дітей, які зазнають булінгу, в Англії втричі перевищує цей показник у Німеччині [26].

А. М. Романюк стверджує, що булінг серед молодших школярів часто є результатом їхньої нездатності ефективно взаємодіяти з іншими дітьми. За його словами, діти, які постійно потрапляють у проблемні ситуації і не мають достатніх навичок спілкування, частіше вдаються до агресивної поведінки [48].

- **Прагнення домінувати:** Діти можуть використовувати насильство, щоб встановити свою владу над іншими, відчутти себе сильними та значимими в групі.
- **Бажання привернути увагу:** Іноді діти вдаються до агресії, щоб отримати будь-яку реакцію, навіть негативну. Це може бути пов'язано з почуттям непотрібності або бажанням бути поміченим.
- **Самоствердження:** Через низьку самооцінку або невпевненість у собі, діти можуть використовувати насильство, щоб підняти свій статус в очах однолітків.
- **Захист:** Якщо дитина почувається під загрозою або ображеною, вона може відповісти агресією, щоб захистити себе.
- **Задоволення від страждань інших:** У деяких випадках, діти можуть отримувати задоволення від того, що завдають болю іншим. Це може бути пов'язано з психічними проблемами або спостереженням за подібною поведінкою в оточенні.

У молодшому шкільному віці, коли ініціаторами жорстокості є не окремі особистості, а група дітей, така поведінка стає менш спонтанною і дедалі більше організованою [25].

З розвитком комунікативних навичок у дітей зростає частка деструктивної агресії. Інструментальна агресія поступово замінюється

конструктивними способами досягнення цілей, а бажання завдати шкоди іншим залишається незмінним. Самостійне вирішення проблем та формування груп однолітків посилюють ці тенденції.

Перебування в групі надає дитині відчуття безпеки та належності, проте водночас може стимулювати прояви агресивної поведінки. Бажання довести свою силу, зайняти лідерську позицію та заслужити повагу однолітків часто призводить до булінгу. У межах групи діти можуть відчувати себе захищеними від наслідків своїх вчинків, що знижує їхню відповідальність і сприяє ризикованій поведінці. Крім того, ідентифікація з групою та прагнення відповідати її нормам можуть призвести до того, що дитина буде наслідувати агресивну поведінку інших членів групи, навіть якщо особисто вона до цього не схильна [24].

Діти з порушеннями комунікації часто створюють собі уявних друзів, які стають для них моделями поведінки. Наслідуючи своїх вигаданих товаришів, вони можуть проявляти агресивні дії, які здаються оточуючим неадекватними. Ці діти часто відчувають труднощі у взаємодії з реальними людьми, тому проєктують свої бажання та фантазії на своїх уявних друзів. Відсутність навичок ефективного спілкування та соціальної адаптації може призводити до того, що агресивна поведінка стає для них способом привернути увагу, самоствердитися або просто випустити накопичену напругу. У молодшому шкільному віці такі прояви булінгу можуть проявлятися у формі імпульсивних дій, вербальних нападів, ізоляції від однолітків та навіть фізичного насильства[32].

Перед початком шкільного навчання діти переживають внутрішню трансформацію, яка готує їх до нових соціальних ролей та викликів. Цей період супроводжується виникненням внутрішніх конфліктів, суперечливих почуттів та протиріч, які можуть проявлятися у формі несподіваних емоційних реакцій, труднощів у спілкуванні з дорослими та однолітками, а також у змінах поведінки. Ця криза є природною частиною розвитку дитини і свідчить про те, що вона активно формує свою особистість, готуючись до більш складних

соціальних взаємодій. Перехід від дошкільного до шкільного віку – це не просто зміна соціального статусу, а й перехід до нового рівня свідомості, коли дитина починає усвідомлювати себе як окрему особистість зі своїми бажаннями, потребами та інтересами [28].

Таким чином, спираючись на отримані дані, можна зробити висновок, що на соціалізацію булінгу впливають два основних фактори: зразок стосунків та поведінки батьків; характер підкріплення жорстокої поведінки з боку оточуючих. Зокрема, було «встановлено зв'язок між батьківським покаранням і жорстокістю у дітей». Жорстокість не виникає сама по собі, без причини. Ймовірно, проблема криється в домашньому вихованні. Дитина не може проявити себе вдома, у неї немає можливості для самореалізації. Так закладено природою, що дитина повинна бути активною та ініціативною, і вона шукає способи проявити себе в класі, наприклад, ударити когось, образити слабшого або принизити – це найпростіший вихід. У відповідь на покарання злість дитини тільки зростає. Дитині потрібна допомога психолога; фахівець допоможе уникнути багатьох проблем у майбутньому.

Висновки до першого розділу

Отже, ситуації булінгу є складним соціально-психологічним явищем і розглядаються як нестандартна ситуація, що виникає в учнівському колективі.

Існує безліч визначень поняття «булінг». З цього різноманіття можна зробити висновок, що всі ці визначення зводяться до тривалого фізичного або психічного насильства з боку особи або групи щодо особи, яка не здатна захистити себе в конкретній ситуації. Також можна стверджувати, що булінг є масовим явищем, і згідно зі статистичними даними від 4 до 50% дітей підлягають шкільному булінгу.

Оскільки цькування негативно впливає не тільки на фізичний, а й на психічний розвиток школярів, що відображається на різних видах соціальних

контактів, емоційній сфері, діяльності, успішності, то гостро постає питання підготовки майбутніх учителів із певними теоретичними знаннями, спеціальними вміннями, практичними навиками для виявлення, попередження та подолання цього явища. Перспектива подальших наукових розвідок означеної проблеми – формування соціально-психологічної готовності у майбутніх учителів початкової школи щодо роботи із ситуаціями булінгу в освітньому середовищі.

У молодшому шкільному віці виникає нове внутрішнє життя, життя переживань, яке не завжди безпосередньо впливає на зовнішнє життя. Однак це внутрішнє життя не є байдужим до зовнішнього, воно на нього впливає. Саме розбіжності між внутрішнім і зовнішнім життям створюють передумови для виникнення і прояву негативного явища, як булінг.

Виникнення внутрішнього життя є надзвичайно важливим фактом; тепер орієнтація поведінки буде відбуватися в межах цього внутрішнього життя. Криза вимагає переходу до нової соціальної ситуації, нового змісту відносин. Основними причинами проявів дитячої жорстокості є: прагнення привернути увагу однолітків, досягти бажаного результату, бути лідером, захист і помста; бажання принизити гідність іншого для підкреслення власної переваги.

РОЗДІЛ 2

ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНО-ДОСЛІДНА РОБОТА ЩОДО ПРОФІЛАКТИКИ БУЛІНГУ В РОБОТІ З ДІТЬМИ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

2.1. Вивчення вихідного стану профілактики булінгу в освітньо-виховному середовищі початкової школи

Реалізація експериментального педагогічного дослідження передбачає забезпечення експериментатором послідовних, взаємопов'язаних та взаємозалежних етапів дослідження, кожне з яких буде покликане вирішити певні завдання. Кожен з етапів передбачає застосування своїх методів та засобів.

Експериментальна робота з дослідження профілактики булінгу серед дітей молодшого шкільного віку проводилась на базі Чернігівської загальноосвітньої школи I ступеня №25 та гімназії № 30. У експериментальному дослідженні приймали участь учнів четвертого року навчання. Для порівняння ефективності застосування програми профілактики булінгу ми взяли два класи: експериментальний та контрольний (по 30 учнів в кожному класі). Крім того нами були опитані вчителі у кількості 20 осіб. Провівши теоретичний аналіз обраної проблематики дослідження та виокремивши основні поняття та структуру такого явища як булінг, нами була сформована методика дослідження, що реалізовувалась у три основних етапи:

Перший етап – констатувальний. Під час цього етапу ми виявляли рівень знань дітей про булінг, перевіряли їх емоційну складову, чи здатні вони до емоційного сприйняття цькування інших та які дії вони здатні вчинити для запобігання цього явища. Передусім, для ефективного визначення вихідного стану відношення дітей до булінгу нами були розроблені критерії та рівні сформованості уявлень.

Другий етап – формувальний. На цьому етапі, провівши початкову діагностику та виявивши проблемні місця, нами були підбрані та проведені серія заходів різного формату, що мали на меті сформувати у дітей знання про булінг, а також вміння розпізнати та протидіяти булінгу. Крім того, особливу увагу ми зосередили на емоційній складовій, нам важливо було навчити дітей співпереживати іншим, створити довірливу атмосферу в класі чим запобігти появі та поширенню цькування.

Третій етап – контрольний. На цьому етапі ми повторно провели діагностику щодо ставлення дітей до проблеми булінгу, що з'ясувати чи мали якийсь позитивний ефект серія занять, ігор та тренінгів, які ми провели з ними.

Як було зазначено вище, для реалізації першого етапу нами були визначені показники щодо визначення ставлення дітей до проблеми булінгу. Ці критерії ми розділили на декілька рівнів, та описали які показники можуть свідчити про певний рівень сформованості знань та умінь щодо булінгу. Нами були виділені наступні критерії: когнітивний, емоційно-ціннісний та діяльнісно-поведінковий, що повністю здатні охопити та розкрити рівень знань, умінь та емоційного ставлення дітей. Ці критерії розкриваються на трьох рівнях: низькому, середньому та достатньому. Нижче наведена характеристика кожного з критеріїв, та детальний опис показників за рівнями (Таблиця 2.1.)

Розумовий критерій є одним із ключових факторів у розумінні причин та наслідків булінгу, оскільки він дає змогу дослідити внутрішній світ дитини, яка бере участь у булінгу, або тієї, яка стає його жертвою. Цей критерій дозволяє зазирнути в думки, переконання та емоції дитини, щоб зрозуміти, як вона сприймає ситуацію булінгу, які мотиви або страхи впливають на її поведінку, та як вона оцінює власні дії або дії інших.

Через розумовий критерій можна побачити, як дитина тлумачить ситуацію булінгу: чи розглядає вона це як звичайну гру, спосіб самоствердитися, або як серйозну проблему. Для дитини-агресора розумовий критерій може показати, якими виправданнями вона пояснює власні дії, які стереотипи чи переконання щодо своїх жертв у неї існують, і як вона ставиться

до поняття відповідальності. У випадку дитини-жертви, цей критерій дає змогу зрозуміти, як вона відчуває себе в ситуації булінгу, чи усвідомлює вона свою роль та можливості виходу з неї, а також як вона сприймає навколишнє середовище, зокрема підтримку з боку однолітків, батьків і вчителів.

Розуміння цього критерію допомагає більш глибоко вникнути в психологічні механізми булінгу та його наслідки для дітей, а також розробити ефективні стратегії для профілактики та подолання булінгу в навчальних закладах та в суспільстві в цілому.

Емоційно-мотиваційний критерій є важливим інструментом для оцінки емоційної складової булінгу, адже він допомагає зрозуміти не лише переживання дитини, але й те, що підштовхує її до участі в булінгу – чи то в ролі агресора, жертви, або пасивного спостерігача. Цей критерій дозволяє виявити спектр емоцій, які супроводжують ситуацію булінгу, та зрозуміти, які мотиваційні чинники лежать в основі цих дій або бездіяльності.

Для дитини, яка виступає в ролі агресора, емоційно-мотиваційний критерій може допомогти з'ясувати, які емоції стимулюють її до булінгу. Це можуть бути почуття гніву, ревнощів, нудьги або ж потреба в домінуванні та визнанні серед однолітків. Агресор може відчувати задоволення від контролю над іншими або прагнути уваги через залякування слабших. Такий аналіз дозволяє побачити, що саме спонукає дитину до агресії та які глибші емоційні проблеми вона намагається компенсувати через булінг.

У випадку дитини-жертви, емоційно-мотиваційний критерій дає змогу зрозуміти, як булінг впливає на її емоційний стан. Жертва може відчувати страх, сором, безпорадність або навіть провину за те, що з нею трапляється. Емоційна реакція на булінг може включати депресію, зниження самооцінки, замкненість та відчуження. Розуміння цих емоцій важливе для надання відповідної психологічної підтримки та допомоги дитині в подоланні травматичного досвіду.

Що стосується пасивних спостерігачів, емоційно-мотиваційний критерій дозволяє розкрити їхню роль у процесі булінгу. Вони можуть відчувати почуття

вини або тривоги за свою безпеку, а іноді й байдужість, зумовлену відсутністю емоційної прив'язаності до жертви. Мотивація спостерігачів часто пов'язана зі страхом втратити соціальний статус або з небажанням втручатися, щоб не стати наступною мішенню. Аналіз їхніх емоцій і мотивів важливий для того, щоб зрозуміти, як активізувати їхню роль у протидії булінгу та сприяти формуванню культури неприйняття насильства.

Діяльнісно-поведінковий критерій є важливим інструментом для аналізу конкретних дій дитини, які мають відношення до булінгу. Він допомагає зрозуміти, як саме дитина поводить себе в ситуації булінгу, розкриваючи її роль у цьому процесі: чи виступає вона в ролі агресора, пасивного спостерігача або захисника жертви. За допомогою цього критерію можна оцінити, якими конкретними діями дитина підтримує, провокує чи перешкоджає булінгу, а також наскільки активно вона бере участь у конфлікті або намагається від нього дистанціюватися.

Для дітей, які виступають агресорами, діяльнісно-поведінковий критерій дозволяє дослідити, як саме вони проявляють свою агресію: це можуть бути фізичні дії (наприклад, удари, штовхання), вербальні знущання (образи, приниження, залякування) або соціальна ізоляція (ігнорування, підбурювання інших проти жертви). Спостереження за поведінкою агресора може розкрити патерни його дій, такі як вибір слабших дітей для знущань або пошук глядачів для підвищення власного статусу.

У випадку спостерігачів, діяльнісно-поведінковий критерій дає змогу зрозуміти, як вони реагують на булінг. Спостерігачі можуть поводитися пасивно, ігноруючи ситуацію, або ж підтримувати агресора, сміючись над жертвою чи схвалюючи його дії. Вони можуть також передавати інформацію про булінг дорослим або самим ініціювати допомогу жертві, якщо відчують відповідальність чи емпатію. Спостерігачі часто визначають, як далеко заїде булінг, адже їхня реакція або її відсутність можуть або заохотити, або пригальмувати агресора.

Що стосується дітей, які виступають у ролі захисників, діяльнісно-поведінковий критерій дозволяє визначити, якими саме діями вони намагаються зупинити булінг. Це можуть бути спроби фізично захистити жертву, вступити в конфлікт із агресором або повідомити про ситуацію дорослим, таким як учителі чи батьки. Захисники часто виступають зразками позитивної поведінки для інших дітей, і їхні дії можуть значно вплинути на загальний клімат у групі. Вивчення їхніх конкретних вчинків допомагає зрозуміти, які саме стратегії ефективні для зупинки булінгу.

Таким чином, діяльнісно-поведінковий критерій дає можливість отримати повне уявлення про дії кожного учасника булінгу, розкрити їхню роль у процесі та зрозуміти, якими стратегіями можна впливати на поведінку дітей для запобігання булінгу. Аналіз цього критерію сприяє розробці цілеспрямованих методів виховання та підтримки, що допомагають дітям обирати конструктивні шляхи взаємодії замість агресивних чи пасивних реакцій.

Таблиця 2.1.

Критерії, рівні та показники ставлення до проблеми булінгу серед дітей молодшого шкільного віку

Когнітивний	низький	<ul style="list-style-type: none"> дитина може не розуміти, що її дії є булінгом, або не усвідомлює наслідків своїх вчинків для інших; сприймає булінг як норму або гру; має труднощі з емпатією, не може поставити себе на місце іншої людини.
	середній	<ul style="list-style-type: none"> дитина починає розуміти, що її дії завдають болю іншим, але може не повністю усвідомлювати масштаби проблеми; може виправдовувати свої вчинки або перекладати відповідальність на інших.
	достатній	<ul style="list-style-type: none"> дитина чітко розуміє, що таке булінг, його негативні наслідки для всіх учасників ситуації; може аналізувати причини булінгу, пропонувати способи його запобігання та

		вирішення конфліктів.
Емоційно-мотиваційний	низький	<ul style="list-style-type: none"> дитина може відчувати задоволення від приниження інших, прагне домінувати; може бути агресивною, імпульсивною, нестриманою; може мати низьку самооцінку і намагатися підняти її за рахунок інших.
	середній	<ul style="list-style-type: none"> дитина відчуває дискомфорт, коли бачить прояви булінгу, але може не знати, як на це зреагувати; може боятися наслідків, якщо засудить булінг; може відчувати сором або провину за свою участь у булінгу.
	достатній	<ul style="list-style-type: none"> дитина відчуває емпатію до жертви булінгу, прагне її захистити; може виступати проти булінгу, навіть якщо це пов'язано з ризиком для себе; має високу самооцінку і не потребує підтвердження своєї значимості за рахунок інших.
Поведінково-діяльнісний	низький	<ul style="list-style-type: none"> дитина активно бере участь у булінгу, ініціює конфлікти, поширює чутки, ізолює інших дітей; може використовувати фізичну силу, погрози.
	середній	<ul style="list-style-type: none"> дитина може бути спостерігачем булінгу, не засуджуючи його, але і не беручи в ньому активної участі; може підтримувати булінг мовчанням або сміхом.
	достатній	<ul style="list-style-type: none"> дитина активно протистоїть булінгу, захищає жертву, закликає інших дітей припинити насильство; може звернутися за допомогою до дорослих.

В процесі нашого дослідження ми використали наступні методи для визначення рівня протидії та профілактики булінгу серед дітей молодшого шкільного віку:

1. Ми провели діагностику серед школярів з метою з'ясування рівня їхніх знань та умінь щодо проблеми булінгу. Для кожного з зазначених критеріїв ми проводили своє опитування. Зокрема для когнітивного критерію, ми ставили питання які мали на мені з'ясувати чи знайомі діти з поняттям булінг, з типами булінгу, чи знають вони до кого необхідно звертатись у тому випадку, якщо вони стануть свідками подібного явища, тощо. Окрім того, ми використовували ситуативні задачі для того щоб з'ясувати емоційну складову їх ставлення до булінгу. Учням задавалась ситуація і питання як вони почувались би у тій чи іншій ситуації. Перевірка діяльнісного критерію здійснювалась дещо схоже до попереднього. Ми також використовували ситуаційні задачі, лише умову будували таким чином, що учню доводилось зробити вибір того, якби він діяв в тій чи іншій ситуації.

2. Окрім анкетування учнів, ми також проводили опитування серед вчителів (Додаток Г), щоб визначити який формат роботи обирається закладом освіти для профілактики булінгу та яке ставлення вчителів до цієї проблеми загалом.

Ці методи дозволили нам отримати комплексне уявлення щодо сформованості у дітей знань, умінь для протидії булінгу та також їх ставлення до цієї проблеми.

Перш за все давайте проаналізуємо відповіді вчителів щодо профілактики та протидії булінгу в закладі освіти. Першим питанням, яке ми поставили вчителям було «Як ви визначаєте булінг у шкільному середовищі?». Це питання має на меті оцінити рівень обізнаності вчителів щодо поняття булінгу, їхню здатність розпізнавати різні його форми та прояви в шкільному середовищі. Тут більшість вчителів дали повне та вичерпне визначення поняттю булінг. Проте, деякі з них зазначили що необхідно враховувати контекст ситуації, щоб мати змогу відрізнити булінг від звичайних дитячих конфліктів.

Крім того ми спитали чи часто вони стикались із булінгом в їх класі. Тут 65% відповіли позитивно, та 35% зазначили, що в їх класі булінгу не спостерігалось.

Ми попросили педагогів назвати основні причини булінгу, які існують в школі. Це питання допомогло нам зрозуміти, які причини булінгу вчителі можуть недооцінювати або не враховувати. Тут відповіді були такими: «Булінг виникає через тиск однолітків», «Це наслідок того, що діти бачать агресію в ЗМІ», «Проблема в тому, що в школі немає атмосфери взаємоповаги», «Недостатньо уваги приділяється профілактиці булінгу», тощо.

Одним з питань ми поставили щодо заходів, які вчителі застосовують, щоб запобігти булінгу. Вчителі відповіли, що найчастіше проводять класні години та обговорюють там теми, пов'язані з повагою, толерантністю, дружбою. Крім того, ще розробляють правила поведінки, що спрямовані на запобігання конфліктів; багато проводять батьківські збори, таким чином залучаючи батьків до обговорення проблем поведінки дітей; організовують спільні заходи, що сприяють згуртуванню класу. Але негативним є те, що вчителі можуть обмежуватись бесідами та ороками, але не використовуючи інтерактив, тим самим не залучаючи учнів до активної участі. Заходи щодо профілактики булінгу можуть носити випадковий характер і не бути інтегровані в загальну систему виховної роботи.

Ми поставили питання щодо того, як вчителі реагують на повідомлення про булінг від учнів. Це питання спрямоване на розуміння того, як вчителі реагують на ситуації булінгу, які стали їм відомі. Відповіді на нього допоможуть зрозуміти наскільки швидко та адекватно вчителі реагують на повідомлення про булінг. Переважна більшість вчителів зазначили, що проводять індивідуальні бесіди з учасниками конфлікту або залучають шкільного психолога до проведення консультацій, якщо булінг набуває систематичного та загрозливого характеру то підключають адміністрацію школи та іншим спеціалістів.

Ми поставили питання «Які додаткові заходи або зміни ви б запропонували для покращення боротьби з булінгом у школі?». Це питання спрямоване на отримання конкретних пропозицій від вчителів щодо вдосконалення існуючих систем боротьби з булінгом в школі. Відповіді на

нього допоможуть ідентифікувати нові потреби, щодо того, яких програм чи ресурсів не вистачає закладу освіти для профілактики булінгу; отримати нові ідеї щодо профілактики та сформуванню спільну думку. Серед типових відповідей вчителі зазначали, що їм не вистачає регулярних тренінгів для розпізнавання та протидії булінгу, хоча перед тим 75% вчителів зазначила що регулярно проходять семінари чи тренінги з цієї тематики. Крім того, педагоги зазначили що необхідно намагатись створити позитивну атмосферу в школі, щоб діти старших та середніх класів співпрацювали із молодшими, тим самим це сприятиме вихованню всіх вікових категорій.

Таким чином, опитавши вчителів ми зрозуміли що боротьба з булінгом вимагає комплексного підходу, який би включав профілактику, раннє виявлення, втручання та підтримку. Головну роль тут грають вчителі, саме вони створюють безпечне навчальне середовище. Учні також мають бути активними учасниками процесу протидії та профілактики булінгу, як ми уже зазначали вище старші діти можуть допомагати проводити заняття з молодшими, що буде мати позитивний ефект для обох сторін.

Окрім вчителів ми безпосередньо продіагностували дітей молодшого шкільного віку, щодо їх знань, вмінь та ставлення до явища булінгу через опитувальники та ситуаційні задачі (Додаток А,Б,В). В кожному з опитувальників по десять питань за які учні могли набрати 10 балів відповідно. Таким чином, ми змогли розподілити їх по рівням. 0-3 бали – низький рівень; 4-6 – середній рівень; 7-10 балів – достатній рівень.

Загалом, отримані під час проведених діагностичних заходів відповіді дітей говорять про недостатній рівень сформованості уявлень про булінг та його наслідки.

На основі отриманих результатів видно, що більшість дітей можуть ідентифікувати деякі прояви булінгу, такі як образи, глузування чи фізична агресія.

Діти здатні описати ситуації, коли вони або їхні однолітки ставали свідками таких дій. Однак, важливо враховувати, що не завжди діти ініціюють

розмову про те, як можна протидіяти булінгу або як допомогти тим, хто його зазнає. Це може свідчити про те, що діти можуть бути більш пасивними спостерігачами, ніж активними учасниками у вирішенні цієї проблеми.

Вихователям та батькам може бути корисно стимулювати дітей до більш активної участі в обговоренні проблем булінгу та надавати їм можливість більше дізнатися про його причини, наслідки та способи протидії, наприклад, через рольові ігри, дискусії та спільні проекти.

Відповіді, які ми отримали від дітей були оброблені та проаналізовані. Далі у таблицях та графіках, наведені дані отримані під час констатувального етапу дослідження для експериментальної та контрольної груп. (Табл. 2.2.).

Таблиця 2.2.

Рівні сформованості у дітей молодшого шкільного віку знань, умінь та ставлення до булінгу на констатувального етапі дослідження (експериментальний клас)

Рівень сформованості знань, умінь та ставлення до булінгу						
	Кількість дітей			%		
	низьк	серед	достат	низьк	серед	достат
Когнітивний	9	18	3	30%	60%	10%
Емоційно-мотиваційний	13	16	1	43%	54%	3%
Діяльнісно-поведінковий	13	15	2	43%	50%	7%
Середнє значення				38%	55%	7%-

Згідно з наведеними даними, можна зробити висновок, що рівень сформованості знань, умінь та ставлення до булінгу у дітей молодшого шкільного віку (експериментальної групи) є досить низьким та середнім. Це свідчить про необхідність подальшої просвітницької роботи серед дітей щодо цієї проблеми. Зокрема більшість дітей мають середній рівень знань про булінг,

проте 30% демонструють низький рівень. Це вказує на те, що дітям необхідна додаткова інформація про різні форми булінгу, його наслідки та способи протидії.

Рівень сформованості емоційно-мотиваційного компонента також є досить низьким та середнім 43% та 54% відповідно. Достатній рівень за цим критерієм має лише одна дитина (3%). Такі дані свідчать, що діти можуть не повністю усвідомлювати серйозність проблеми булінгу та не завжди готові активно протидіяти йому.

Найнижчий показник спостерігається у діяльнісно-поведінковому критерії. Тут 55% дітей мають середній рівень і 38% мають низький рівень, на достатньому рівні тут 7% опитаних – двоє школярів (рис.2.1.). Це свідчить про те, що діти мають труднощі з практичним застосуванням своїх знань про булінг у реальних ситуаціях.

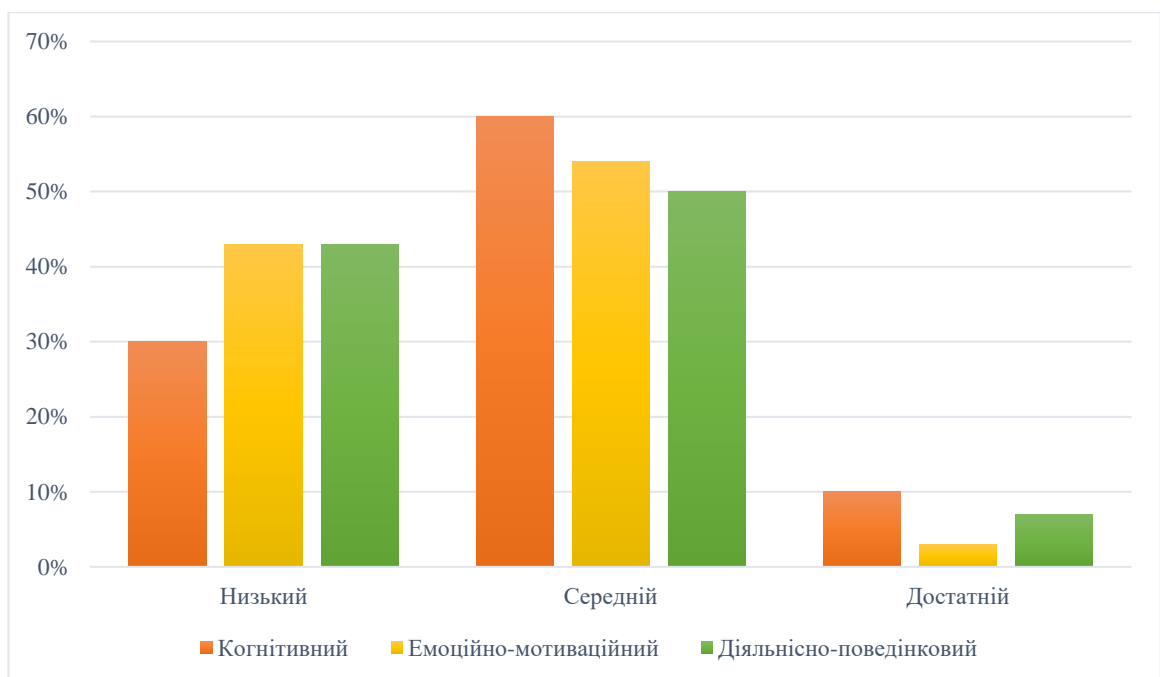


Рис. 2.1. Рівні сформованості знань, вмінь та ставлення до булінгу серед дітей експериментальної групи етапі на констатувального опитування

Результати дослідження підтверджують необхідність проведення систематичної роботи з дітьми щодо попередження булінгу. Програми профілактики булінгу повинні мати комплексний характер і охоплювати різні

аспекти розвитку дитини. Діти повинні чітко розуміти, що таке булінг, які існують його форми (фізичне, словесне, психологічне, кібербулінг), та які наслідки він має для всіх учасників ситуації – жертви, кривдника та оточення. Важливо також, щоб діти розуміли, що булінг – це неприпустима поведінка, яка завдає шкоди не лише фізичному, а й психічному здоров'ю людини. Програми повинні розвивати у дітей емпатію, толерантність, повагу до інших людей. Діти мають навчитися співпереживати жертвам булінгу, розуміти їхні почуття та мотиви. Важливо також формувати у дітей внутрішню мотивацію до позитивних дій, бажання допомагати іншим та захищати слабких.

Діти повинні опанувати навички ефективної комунікації, вирішення конфліктів, відстоювання своїх прав мирним шляхом. Вони мають навчитися розпізнавати ситуації булінгу, вміти відмовитися від участі в них та знати, куди звернутися за допомогою.

Для порівняння результатів дослідження ми провели таку ж діагностику і з контрольною групою. В подальшому ніяких додаткових занять чи ігор з цією групою проводитись не буде.

Більшість дітей демонструють середній рівень знань, умінь та ставлення до булінгу. Зокрема, 54% за когнітивним критерієм, 50% за емоційно-ціннісним та 47% за діяльнісно-поведінковим. Це свідчить про те, що загалом діти мають поверхневе уявлення про цю проблему, яке часто базується на поодиноких випадках, про які вони чули або бачили. Знання дітей про булінг зазвичай фрагментарні і не завжди систематизовані.

Таблиця 2.3.

**Рівні сформованості у дітей молодшого шкільного віку знань, умінь та ставлення до булінгу на констатувального етапі дослідження
(контрольний клас)**

Рівень сформованості знань, вмінь та ставлення до булінгу						
	Кількість дітей			%		
	низьк	серед	достат	низьк	серед	достат

Когнітивний	7	16	7	23%	54%	23%
Емоційно-мотиваційний	14	15	1	47%	50%	3%
Діяльнісно-поведінковий	12	14	4	40%	47%	13%
Середнє значення				37%	50%	13%

Водночас, значна частина дітей (від 23% до 47%, залежно від критерію) демонструє низький рівень знань про булінг, його причини, наслідки та способи протидії. Це свідчить про необхідність проведення додаткової просвітницької роботи серед дітей молодшого шкільного віку. Діти часто не розуміють, що таке булінг, які його форми існують, чому люди вдаються до булінгу та які наслідки це має для всіх учасників ситуації.

Особливо турбує низький рівень сформованості емоційно-мотиваційного компонента. Лише 3% дітей демонструють достатній рівень емпатії та готовності допомогти жертвам булінгу. Це вказує на те, що дітям важко співпереживати іншим, вони можуть бути байдужими до чужого горя або боятися заступитися за слабшого. Такий стан речей може бути пов'язаний з різними факторами, зокрема з особливостями вікової психології, соціальною обстановкою в сім'ї та школі, а також з відсутністю належної уваги до розвитку емоційного інтелекту у дітей.

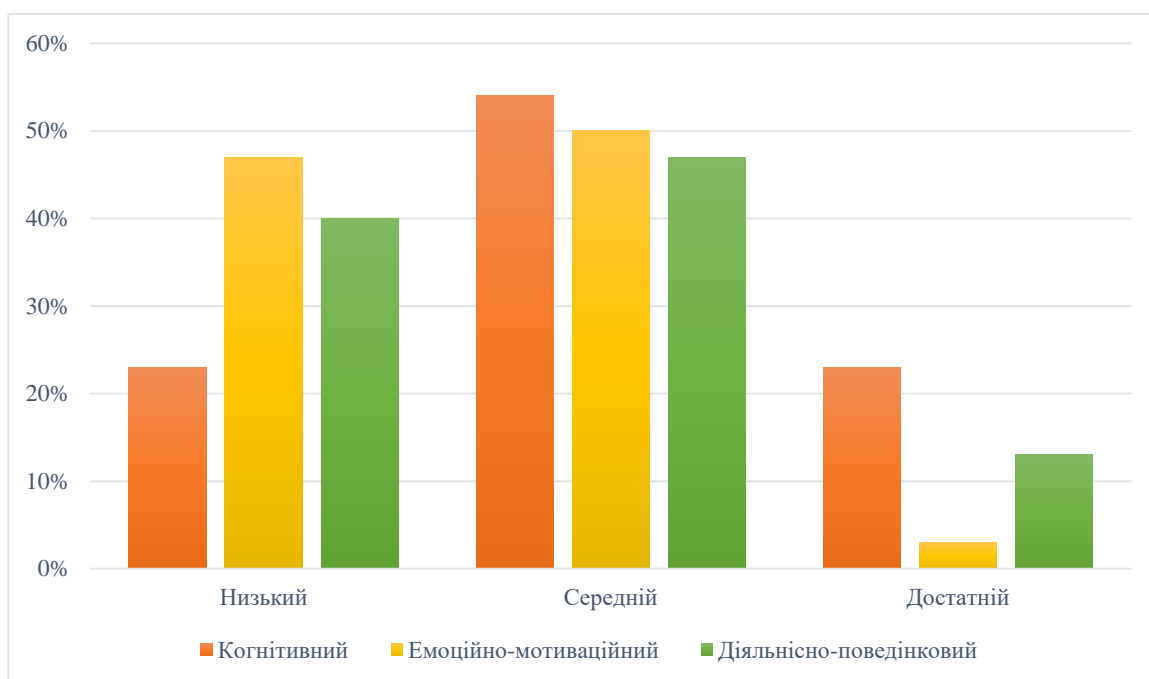


Рис. 2.2. Рівні сформованості знань, вмінь та ставлення до булінгу серед дітей контрольної групи етапі на констатувального опитування

Таким чином, виходячи з діагностики обох груп можемо констатувати, що більшість дітей мають загальне уявлення про булінг, але їм бракує глибоких знань про різні його форми, причини та наслідки. Це може бути пов'язано з недостатньою кількістю інформації, яку діти отримують про цю проблему.

Низький рівень сформованості за емоційно-мотиваційним компонентом свідчить про те, що діти можуть бути байдужими до проблем інших або боятися заступитися за жертву булінгу. Це може бути пов'язано з різними факторами, такими як страх наслідків, невпевненість у собі або відсутність розуміння важливості допомоги іншим.

Незважаючи на те, що більшість дітей мають певні знання про булінг, вони не завжди вміють застосовувати ці знання на практиці. Це може бути пов'язано з відсутністю навичок ефективної комунікації, вирішення конфліктів та відстоювання своїх прав.

Результати дослідження підтверджують необхідність проведення систематичної роботи з профілактики булінгу серед дітей молодшого шкільного віку. Особливу увагу слід приділити розвитку у дітей когнітивних,

емоційно-мотиваційних та діяльнісно-поведінкових компонентів, пов'язаних з проблемою булінгу.

Оскільки саме в молодшому шкільному віці закладаються основи особистості дитини, формуються її цінності, ставлення до інших людей. Важливо з самого початку виховувати в дітях повагу, толерантність, співчуття та вміння вирішувати конфлікти мирним шляхом. Школа є першим серйозним соціальним середовищем для дитини після сім'ї. Саме тут діти навчаються взаємодіяти з однолітками, будувати дружні стосунки. Профілактика булінгу допомагає створити безпечний та сприятливий клімат для соціалізації. Булінг має руйнівні наслідки для психічного здоров'я як жертви, так і кривдника. Жертви булінгу часто відчують тривогу, депресію, знижену самооцінку, а кривдники можуть розвинути агресивні моделі поведінки, які будуть супроводжувати їх у подальшому житті. Все це свідчить про те, що важливо займатись профілактикою булінгу не в підлітковому, а саме в молодшому шкільному віці, оскільки це найбільш відповідальний вік. Враховуючи результати початкової діагностики ставлення дітей до булінгу, ми змогли виявити сильні та слабкі сторони у шкільній профілактиці булінгу та запропонувати нашу програму профілактики булінгу, яка б змогла усунути всі недоліки та підсилити позитивні моменти.

2.2. Характеристика програми профілактики булінгу в молодшому шкільному віці

Заклади освіти відіграють ключову роль у запобіганні та протидії негативним явищам серед учнівської молоді. Зокрема, педагог покликаний здійснювати систематичну профілактичну роботу. Пріоритетним напрямком діяльності педагога та педагогічного колективу в цілому є попередження шкільного булінгу [56].

Ефективна профілактична програма щодо запобігання булінгу повинна відповідати певним вимогам:

- Системність: Просвітницькі заходи мають проводитися протягом усього періоду навчання учня.
- Інформативність: Учасники програми повинні отримувати вичерпну інформацію про агресивну поведінку, її наслідки для особистості та суспільства.
- Конкретність: Інформація має бути подана чітко та зрозуміло, з акцентом на негативні наслідки булінгу.
- Комплексність: Програма має охоплювати як теоретичну складову, так і практичні заняття, спрямовані на формування у дітей навичок здорового способу життя та вміння протистояти негативному впливу [3].

Профілактична робота має бути спрямована на формування у підлітків стійкості до стресу, життєвих труднощів та соціальної ізоляції, що є основними факторами ризику булінгу.

Для ефективного вирішення проблеми булінгу необхідно впроваджувати інноваційні педагогічні технології. До таких технологій належать ділові та рольові ігри, психологічні тренінги. Спільна діяльність учнів та педагогічних працівників, організована належним чином, сприяє трансформації міжособистісних відносин у шкільному колективі.

Профілактика булінгу та інших негативних явищ в закладах освіти є невід'ємною частиною превентивної соціально-педагогічної роботи. Цей вид діяльності спрямований на попередження появи та розвитку таких проблем як: правопорушення, залежності, суїцидальні спроби, бездоглядність і насильство. Таким чином, превентивна робота дозволяє зберегти фізичне, психологічне та соціальне благополуччя учнів [18].

Профілактика булінгу спрямована не тільки на попередження виникнення цього негативного явища, а й на створення сприятливих умов для соціально адаптованої поведінки індивіда та функціонування суспільства в цілому. Дії, спрямовані на запобігання булінгу або зведення його до мінімуму шляхом усунення причин або нейтралізації наслідків, дозволяють суттєво знизити поширеність цього явища та зменшити кількість залучених до нього осіб [7].

Для підвищення ефективності профілактичних заходів у освітніх закладах необхідно враховувати результати досліджень щодо залученості батьків та педагогів до вирішення конфліктних ситуацій та планувати свою роботу відповідно до таких принципів:

- Принцип взаємодії: Ефективна профілактика булінгу можлива лише за умови тісної співпраці всіх учасників освітнього процесу. Спільне планування та узгоджені дії фахівців є основою успішної роботи.
- Принцип попередження: Головним завданням профілактичної роботи є запобігання виникненню ситуацій булінгу в освітньому закладі.
- Принцип системності: Профілактика булінгу передбачає комплексний підхід, що включає систематичний збір інформації, індивідуальний супровід учнів та постійний моніторинг результатів.
- Принцип лонгітюдності: Для оцінки ефективності профілактичних заходів необхідно здійснювати тривале спостереження за динамікою ситуації та аналізувати отримані результати.

Потенційна загроза булінгу існує в кожному класному колективі, тому постійна увага та спостереження з боку педагогів є необхідними. Досвід вирішення ситуацій булінгу накопичується в кожному освітньому закладі. У складних випадках можуть залучатися фахівці психологічної служби, адміністрація та батьки учнів [20].

Для ефективної профілактики булінгу в освітньому закладі необхідно дотримуватись певних правил. Зокрема, всі працівники повинні проявляти нетерпимість до проявів булінгу, своєчасно реагувати на будь-які сигнали про його наявність та вживати необхідних заходів [55]. Алгоритм дій педагога у таких ситуаціях передбачає: зайняття чіткої позиції, інформування адміністрації, проведення бесід з усіма учасниками конфлікту та залучення батьків [47].

На основі проведеного дослідження та аналізу світового досвіду пропонуємо наступний комплекс заходів для протидії булінгу в освітньому закладі:

- Проведення тренінгів: Організація систематичних тренінгів для педагогічних працівників з метою підвищення їхньої обізнаності щодо сучасних методів виявлення та протидії булінгу.
- Розробка програм профілактики: Створення та впровадження програм профілактики булінгу, адаптованих до вікових особливостей учнів.
- Створення безпечного освітнього середовища: Розробка та впровадження правил поведінки, які сприяють створенню атмосфери взаємоповаги та толерантності.
- Залучення всіх учасників освітнього процесу: Активізація ролі батьків, учнів та інших учасників освітнього процесу в профілактиці булінгу.

На основі результатів дослідження «Протидія булінгу в закладі освіти: системний підхід» (2019) пропонуємо впровадити в освітній процес початкової школи інтерактивні заняття, спрямовані на:

- Формування у школярів чіткого розуміння явища булінгу як неприпустимої форми насильства.
- Розвиток у дітей навичок протистояння булінгу та вміння розпізнавати ситуації цькування.
- Опрацювання ефективних стратегій поведінки у випадках зіткнення з булінгом.
- Формування негативного ставлення до будь-яких проявів насильства та популяризацію ненасильницьких моделей поведінки.

Для забезпечення ефективності запропонованих інтерактивних занять з протидії булінгу в початковій школі необхідно враховувати вимоги чинного законодавства та методичні рекомендації щодо попередження насильства в освітньому середовищі [37]. Структура занять розроблена з урахуванням гендерного та недискримінаційного підходів та включає такі обов'язкові теми, як актуальність проблеми булінгу, його визначення, види, форми прояву, причини та наслідки для всіх учасників конфлікту. Також працювали над емоційною складовою, а саме формування у дітей розуміння своїх емоцій, вміння ними керувати та безпечно виражати агресію, злість, тощо Реалізація

системної роботи з протидії булінгу можлива лише за умови активної участі всіх суб'єктів освітнього процесу.

Запропонована програма занять з профілактики булінгу (Таблиця 2.4.) базується на широкому використанні інтерактивних методів навчання, зокрема ігрових технологій. Розвиваючі ігри, рольові вправи, дискусії та тренінги дозволяють не лише передати учням теоретичні знання про булінг, але й сформувати у них практичні навички ефективної комунікації, співробітництва та вирішення конфліктів. Застосування різноманітних ігрових форм сприяє активному залученню учнів до навчального процесу, підвищує їхню мотивацію та забезпечує тривале запам'ятовування отриманої інформації. (Додаток Д).

З огляду на особливості когнітивного розвитку молодших школярів та вимоги Нової української школи, запропоновані заняття передбачають використання ігрових методів навчання. Створення атмосфери довіри та співробітництва є важливим аспектом педагогічної взаємодії з учнями початкової школи. Протягом занять необхідно використовувати доступну мову, наводити конкретні приклади та стимулювати активну участь дітей у дискусії. Особливу увагу слід приділяти практичному застосуванню отриманих знань у повсякденному житті.

Таблиця 2.4.

Програма запобігання булінгу серед дітей молодшого шкільного віку

№ з/п	Назва	Мета	Матеріал
	Інтерактивна гра «Шоу-інтуїція»	Мета заняття: розвиток емоційного інтелекту у дітей та знання напруження, створення сприятливого клімату у колективі та розвиток емпатії, навчання спілкуванню та вираженню почуттів.	Аркуші паперу, мультимедійний проектор, комп'ютер або ноутбук.
	Заняття «Прості істини:	Мета заняття: сформувати алгоритми мовних взаємодій та навички ефективної	Таблички з назвами команд, ручки, аркуші

	формування навичок мовленнєвого етикету учнів як основа толерантності»	міжособистісної взаємодії в різних ситуаціях; подолати бар'єри спілкування, підвищити його ефективність; покращити психологічний клімат у класі; навчитися розуміти один одного, долати конфлікти; сформувати почуття спільності.	паперу формату А4, картки із завданнями та мовними шаблонами.
	Квест-гра «Загадка емоцій»	Мета заняття: сформувати у дітей уміння краще розуміти та проявляти свої почуття.	два, просторі приміщення стільці, картки чотирьох емоцій (сум, радість, подив, гнів), малярський скотч тощо).
	Заняття «Один, два – разом»	Мета заняття: розширення знань про друга, про дружбу, формування вміння дружити, берегти дружбу, спілкуватися в колективі, розвиток дружніх відносин доброзичливості, поваги один до одного.	ноутбук, проектор, екран, аркуші паперу А4, кольорові олівці
	Акція «Дерево умінь»	Мета акції: мобілізація навичок та ресурсів, отримання позитивного зворотного зв'язку, розширення позитивних уявлень про себе та оточуючих людей, згуртування колективу	ватман, фарби, пензлики, кольоровий папір, ножиці, ручки, фломастери, клей-олівець (мінімум 4 шт.).
	Настільна гра «Чарівна подорож»	Мета гри: сформувати у дітей більше знань про їх почуття та вчинки, сформувати у них вміння розуміти інших людей, побачити, як важливо те, що ми робимо, відповідати за свої вчинки, вчитися говорити так, щоб всім було зрозуміло, ставати дружніми і	окреме приміщення для проведення гри, саме поле гри (ватман, олівці, фарби), картки із заготовленими питаннями та

		згуртованими.	проблемними ситуаціями, листи ватману, стікери, олівці та ручки за кількістю учасників, проектор для комп'ютерної версії, фотографії відомих людей.
Виховна година «Ділова гра «Переселенці»	Мета такої позаурочної діяльності полягає у всебічному розвитку особистості дитини через залучення її до соціально значущих проєктів, розвиток інформаційної грамотності та критичного мислення, а також зміцнення партнерських відносин між школою, дитиною та сім'єю.	Допоміжні матеріали: ручки, папір, будь-які матеріали, які дозволять молодшим школярам створити образ мандрівників-переселенців на новій землі; Загальна декларація прав людини, Конституція, нормативні акти, самостійно знайдені учнями.	
Тренінг, групова дискусія «Як допомогти ... буллеру?»	Мета заняття: сформувати у дітей розуміння суті поняття булінг та його наслідків; сформувати вміння ідентифікувати різні ролі в конфлікті (жертви, агресора, спостерігача); вміння конструктивно вирішувати конфліктні ситуації; розвинути погану до інших людей та їх поглядів; підтримувати ініціативи та ідеї однолітків.	відеоролик (флешка+ноутбук або хмарне сховище), ноутбук та проектор для демонстрації ролика на екрані, стільці за кількістю	

			учасників, роздаткові матеріали.
--	--	--	--

Після проведених нами заходів ми помічали позитивні зрушення у поведінці дітей. Наприклад інтерактивна гра «Інтуїція», яку ми проводили як нашу першу активність з дітьми допомогла нам у створенні дружньої та довірливої атмосфери в класі, де діти відчували себе більш комфортно і безпечно. Крім того ця гра спонукає дітей задумуватися про почуття інших, намагатися зрозуміти їхні думки та інтереси. Це допомагає розвивати емпатію, яка є важливим фактором у запобіганні булінгу. Коли діти діляться цікавими фактами про себе і бачать, що інші зацікавлені в них, це підвищує їхню самооцінку. Діти з високою самооцінкою менш схильні до булінгу і більш впевнені в собі. Ця гра допомогла деяким дітям подолати свою сором'язливість, відкритися і показати себе з кращого боку. Це зменшило їх тривожність і страх бути відкинутим, що часто є причиною булінгу.

Таким чином, ця гра допомогла нам сформувати позитивне ставлення дітей до одне одного. Дізнаючись про інтереси та особливості своїх однокласників, діти почали ставитися до них з більшою повагою і розумінням. Це допомогло подолати стереотипи і упередження, які часто призводять до булінгу.

Хоча гра безпосередньо не спрямована на вирішення конфліктів, вона створює основу для розвитку цих навичок. Діти вчатья вислуховувати думки інших, поважати їхню точку зору і знаходити компроміси.

Заняття "Прості істини" дає нам комплексний підхід до формування позитивного клімату в класі та розвитку навичок ефективної комунікації, що є важливими аспектами у боротьбі з булінгом. Ось кілька ключових моментів, які свідчать про ефективність цього заняття:

Тренування висловлювати подяку, вибачення, компліменти та інші емоції посприяло розвитку емпатії у дітей. Розуміння почуттів інших допомогло їм

почати ставитись до однолітків з більшою повагою та співчуттям, що є важливим бар'єром для булінгу.

Тут діти вчилися відкрито виражати свої почуття та думки, що в свою чергу сприяло створенню атмосфери довіри у класі. У такому середовищі булінг є менш ймовірним.

Квест-гра "Загадка емоцій" стала чудовим інструментом для розвитку емоційного інтелекту у дітей, що є ключовим аспектом у профілактиці булінгу.

Гра допомогла дітям краще розуміти свої та чужі емоції, що є основою для емпатії. Коли діти мали змогу усвідомити, що всі люди переживають різні емоції, вони стають більш толерантними до відмінностей інших.

Обмін емоціями, робота в парах і групах сприяла розвитку комунікативних навичок, що допомогло дітям ефективніше взаємодіяти один з одним і намагались у майбутньому вирішувати конфлікти мирним шляхом.

Квест-гра "Загадка емоцій" є ефективним інструментом для профілактики булінгу. Вона допомагає дітям розвинути навички, необхідні для побудови здорових і міцних стосунків. Регулярне проведення таких ігор сприяє створенню позитивного клімату в класі і школі в цілому.

Наступне третє заняття у нашій серії заходів було заняття «Один, два – разом». Тут воно виявилось ефективним інструментом для формування позитивного клімату в класі та запобігання цькуванню. Воно спрямоване на розвиток таких важливих якостей, як емпатія, толерантність, взаємоповага та дружба. Що саме нам вдалось зробити за рахунок цього заняття: перегляд мультфільмів про дружбу та обговорення їх змісту допомогло дітям усвідомити важливість дружніх відносин тим самим розвинути позитивне ставлення до однолітків. На занятті нам вдалось створити атмосферу довіри і безпеки, де діти відкрито обговорювали свої почуття і думки. Це допомогло зменшити тривожність і агресивність, які часто є причинами булінгу. Спільне створення правил дружби сприялось тому, що дітям вдалось усвідомити, якими мають бути дружні відносини, і брати відповідальність за свою поведінку.

Крім усього, нам було проведене загальношкільна акція «Дерево умінь». Вона допомогла нам створити позитивний мікроклімат в школі, завдяки тому, що фокусується на сильних сторонах кожного учасника та допомагає зміцнити їхню самооцінку. Крім індивідуального впливу на кожного учня, ця акція сприяла і поліпшенню міжособистісних відношень. Коли діти бачать, що в кожного є свої таланти та сильні сторони, це допомагає їм розвивати повагу один до одного і зменшує ймовірність знецінення та приниження. В свою чергу дерево умінь символізувало єдність і взаємозв'язок усіх членів шкільної спільноти. Коли діти бачили, що вони всі мають свої унікальні таланти, це сприяло розвитку почуття спільності і зменшенню відчуття ізоляції.

Настільна гра "Чарівна подорож" виявилась ефективним інструментом для формування позитивного клімату в класі та запобігання цькуванню. Вона залучила дітей до активного навчання, допомагаючи їм розвивати такі важливі навички, як емпатія, комунікація, співпраця та критичне мислення.

Обговорюючи ситуації, пов'язані з образами, конфліктами та самотністю, діти навчились розпізнавати ознаки булінгу і розуміти, як на нього реагувати. Гра допомогла дітям розвивати навички мирного вирішення конфліктів, що є важливим для запобігання ескалації конфліктів і переростання їх у булінг. В свою чергу такий формат заохочує дітей до співпраці та взаємодопомоги, що в свою чергу створює атмосферу підтримки та дружби.

Ділова гра є одним із ефективних форм виховання дітей у будь якому спрямуванні. Тут ми намагались сформувати у дітей толерантність, повагу до інших та запобігання цькуванню. Гра «Переселенці» не лише розвага, але і змогла навчити та залучити дітей до процесу створення антибулінгових правил, які б запобігали цькуванню. Діти, ставлячи себе на місце переселенців, вчилися розуміти почуття інших людей, які опинилися в складній ситуації. Це допомогло їм розвинути емпатію і стати більш чутливими до чужого болю.

Спільне створення законів для нової "країни" допомогло дітям зрозуміти важливість правил і норм поведінки в суспільстві. Це сприяло формуванню почуття відповідальності за свої дії і за добробут інших людей. Розробляючи

власні правила, діти беруть активну участь у створенні безпечного і справедливого середовища. Крім того обговорення реальних ситуацій цькування допомагає дітям зрозуміти, як розпізнавати булінг і як на нього реагувати.

Наприкінці ми провели тренінг «Як допомогти буллеру?». Цей тренінг пропонує свіжий підхід до проблеми булінгу, зосереджуючись не лише на жертві, а й на самому буллері. Такий підхід дозволяє глибше зрозуміти причини булінгу та розробити більш ефективні стратегії для його запобігання. Досліджуючи мотиви буллера, учасники змогли краще зрозуміти, чому люди вдаються до такої поведінки. Це допомогло їм знайти більш ефективні способи запобігання булінгу. На нашу думку, важливо залучати до роботи з проблемою булінгу батьків учнів. Можна організувати батьківські збори, на яких обговорити результати тренінгу і розробити спільні стратегії для створення безпечного середовища для дітей.

Пропоновані розробки занять з протидії та запобігання булінгу для молодших школярів становлять лише одну складову комплексної системи заходів, спрямованих на створення безпечного освітнього середовища. Для ефективного протистояння булінгу необхідний системний підхід, що передбачає залучення всіх учасників освітнього процесу: педагогічних працівників, учнів, батьків, адміністрації закладу освіти, а також залучення зовнішніх ресурсів (психологів, соціальних працівників).

Серед ключових компонентів можна виділити наступні:

1. Створення безпечного клімату в школі: розробка та впровадження шкільних правил та норм поведінки, які сприяють толерантності, повазі та взаємодопомозі; створення механізмів збору інформації про випадки булінгу та їх оперативного реагування; розроблення алгоритму дій для вчителів, учнів та батьків у випадку виявлення фактів булінгу.

2. Просвітницька робота: проведення інформаційних кампаній для учнів, вчителів та батьків з метою підвищення обізнаності про булінг, його причини, наслідки та способи протидії; організація тренінгів та семінарів для

педагогічних працівників з метою набуття ними необхідних знань та навичок для проведення профілактичної роботи; залучення батьків до участі в освітньому процесі та співпраці зі школою у вирішенні проблем булінгу.

3. Психологічна підтримка: надання психологічної допомоги учням, які стали жертвами булінгу, а також їхнім родинам; проведення психологічних тренінгів для учнів, спрямованих на розвиток навичок емоційної регуляції, впевненості в собі та ефективної комунікації; надання консультацій для вчителів щодо особливостей роботи з учнями, які зазнали булінгу або виявляють агресивну поведінку.

4. Співпраця з громадськими організаціями: залучення до співпраці громадських організацій, які займаються проблемами дитинства та підліткової психології; обмін досвідом та кращими практиками у сфері протидії булінгу.

Частково своєю програмою заходів ми намагались дотриматись всіх цих умов, зокрема, в ході роботи нами були проведені акції для всієї школи, як для дітей молодшого віку так і для старших дітей та вчителів.

Зокрема, в рамках системного підходу можна реалізувати багато заходів спрямованих на протидію булінгу для всіх учасників освітнього процесу:

Для учнів: інтерактивні заняття, тренінги, рольові ігри, конкурси малюнків, створення клубів за інтересами.

Для вчителів: тренінги з розвитку емоційного інтелекту, навичок комунікації та конфліктології, семінари з обміну досвідом.

Для батьків: батьківські збори, тренінги, консультації психолога, створення спільноти батьків.

Для адміністрації школи: розробка та впровадження шкільної програми протидії булінгу, створення координаційної ради з питань протидії булінгу.

Розроблені нами заняття з протидії булінгу в початковій школі є ефективним інструментом для запобігання цькуванню серед молодших школярів. Запропонована організаційно-педагогічна модель забезпечує оптимальні умови для реалізації профілактичних заходів., що доводять результати контрольної діагностики серед учнів молодшого шкільного віку.

2.3. Порівняльний аналіз результатів дослідження

Аби об'єктивно оцінити ефективність розробленої та впровадженої програми профілактики булінгу серед молодших школярів, ми провели повторну діагностику. За допомогою тих самих інструментів (наприклад, анкет, спостережень, інтерв'ю), що й на початку експерименту, ми зібрали дані про рівень знань учнів щодо булінгу, їхнє ставлення до цього явища та частоту проявів булінгу в шкільному середовищі. Цей підхід дозволив нам порівняти отримані результати та виявити динаміку змін.

Результати контрольного дослідження експериментальної групи свідчать про позитивну динаміку у формуванні у дітей молодшого шкільного віку знань, умінь та ставлення до булінгу. Порівняно з початковими даними, спостерігається зростання кількості дітей, які демонструють середній та високий рівень сформованості всіх трьох компонентів, що свідчить про ефективність застосованої програми профілактики.

Значно зменшилася кількість дітей з низьким рівнем знань про булінг, його причини та наслідки. Більшість учнів демонструють середній та достатній рівень знань, 57% та 33% відповідно що свідчить про ефективність проведених просвітницьких заходів. Лише 10% учнів лишилися на низькому рівні. Таким чином, можемо стверджувати, що внаслідок розробленої та застосованої програми профілактики булінгу діти стали краще розуміти, що таке булінг, які форми булінгу існують та чому люди вдаються до булінгу.

Також спостерігається позитивна динаміка у розвитку емоційно-мотиваційного компонента. У експериментальній групі на контрольному етапі цілих 60% дітей, і 27% на достатньому.

Таким чином бачимо, збільшення кількості дітей, які здатні співпереживати жертвам булінгу та готові активно протидіяти цьому явищу. Всі організовані заходи посприяли тому, що діти стали більш чутливими до почуттів інших, навчилися співпереживати і поважати відмінності.

Найбільш виражені зміни відбулися саме в діяльнісно-поведінковому компоненті. Достатній рівень тепер мають 40% дітей і ще 47% середній рівень. Збільшилась кількість дітей, які демонструють вміння розпізнавати ситуації булінгу, відстоювати свої права та допомагати іншим.

Таблиця 2.5.

Рівні сформованості у дітей молодшого шкільного віку знань, умінь та ставлення до булінгу на контрольному етапі дослідження (експериментальний клас)

Рівень сформованості знань, умінь та ставлення до булінгу						
	Кількість дітей			%		
	низьк	серед	достат	низьк	серед	достат
Когнітивний	3	17	10	10%	57%	33%
Емоційно-мотиваційний	4	18	8	13%	60%	27%
Діяльнісно-поведінковий	4	14	12	13%	47%	40%
Середнє значення				12%	55%	33%

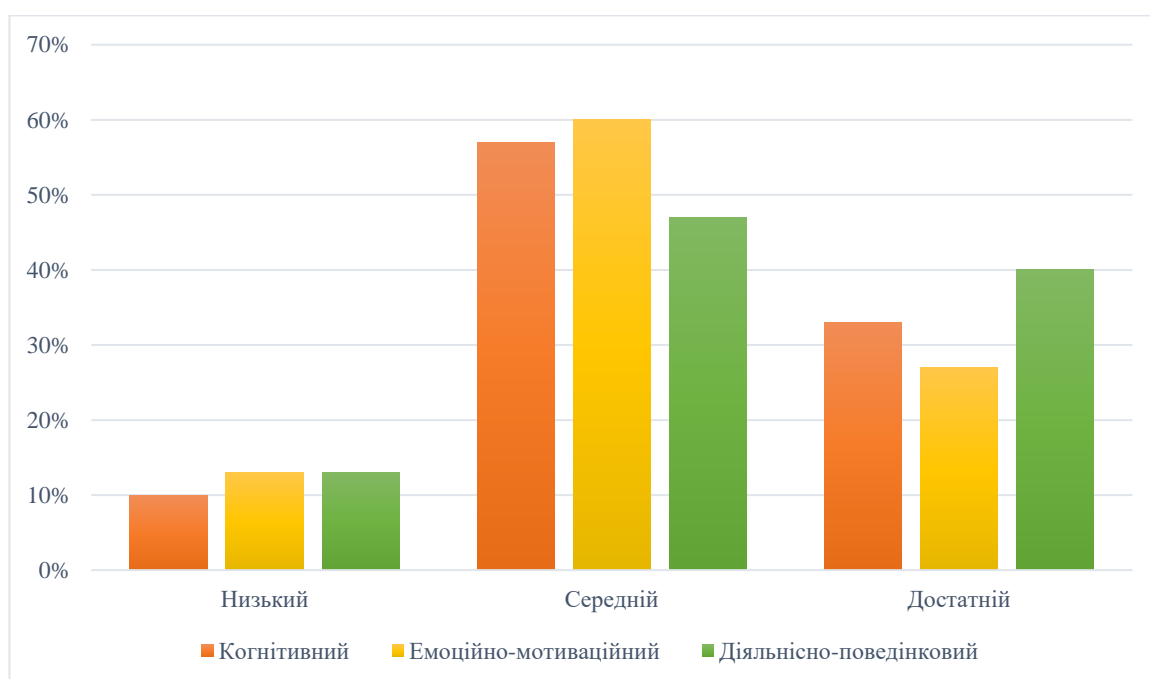


Рис. 2.3. Рівні сформованості знань, вмінь та ставлення до булінгу серед дітей експериментальної групи етапі на контрольному етапі

Якщо брати до уваги в середньому кількість дітей що мають низький, середній чи достатній рівень знань, умінь та ставлення до булінгу, то можемо бачити що низький рівень мають 12% дітей, в той час як середній 55%, достатній – 33%. На нашу думку, це доволі непоганий результат, але є з чим працювати. Наприклад для цих 12% необхідно розробити додаткову програму, що буде носити профілактичний або виправний характер. Те, що більшість школярів має середній рівень, це беззаперечно позитивний результат, що свідчить про ефективність нашої програми та профілактичних заходів загалом. Однак, цим дітям ще необхідно розширювати та поглиблювати знання щодо булінгу, розвивати навички ефективної комунікації, співпереживання, тощо. Третина учнів мають достатній рівень знань, умінь та сприйняття булінгу. Це свідчить, що ця школярі мають чітке розуміння проблем та наслідків булінгу та можуть легко протидіяти цьому явищу.

Для досягнення кращих результатів необхідно використовувати індивідуальний підхід до кожного учня. Це може включати в себе розробку індивідуальних планів роботи, використання різних методів навчання та залучення до роботи батьків.

Таблиця 2.6.

Рівні сформованості у дітей молодшого шкільного віку знань, умінь та ставлення до булінгу на контрольному етапі дослідження (контрольний клас)

Рівень сформованості знань, вмінь та ставлення до булінгу						
	Кількість дітей			%		
	низьк	серед	достат	низьк	серед	достат
Когнітивний	6	16	8	20%	53%	27%
Емоційно-	12	15	3	40%	50%	10%

мотиваційний						
Діяльнісно-поведінковий	11	13	6	37%	43%	20%
Середнє значення				32%	49%	19%

Порівняно з попередніми даними, спостерігається деяке зниження відсотка дітей з достатнім рівнем знань про булінг. Під час контрольного етапу спостерігаємо 20% з низьким рівнем, 53% з достатнім рівнем і 27% з достатнім рівнем. Це може свідчити про те, що отримані раніше знання поступово забуваються, якщо не закріплюються регулярними тренінгами та бесідами.

В той же час бачимо нестабільність за емоційно-мотиваційним компонентом. Низький рівень мають 40%, середній 50% та достатній всього 10% опитаних. Це може бути пов'язано з різними факторами, такими як індивідуальні особливості дітей, сімейні обставини тощо.

Проте спостерігається позитивна динаміка у діяльнісно-поведінковому компоненті. Зокрема, на низькому рівні знаходяться 32% учнів, на середньому 49% і на достатньому 19%. Незважаючи на деякі негативні тенденції, спостерігається позитивна динаміка в розвитку діяльнісно-поведінкового компонента. Більшість дітей демонструють середній та достатній рівень вміння розпізнавати ситуації булінгу та діяти в них.

Такі результати дають причини для певних висновків. Для закріплення отриманих знань необхідно регулярно проводити тренінги та бесіди на тему булінгу. Особливу увагу слід приділити розвитку емпатії, толерантності та вміння співпереживати. Для цього можна використовувати різноманітні інтерактивні методи, такі як рольові ігри, дискусії, творчі завдання, тощо. Залучати батьків до спільних виховних заходів, інформувати їх щодо проблематики булінгу.

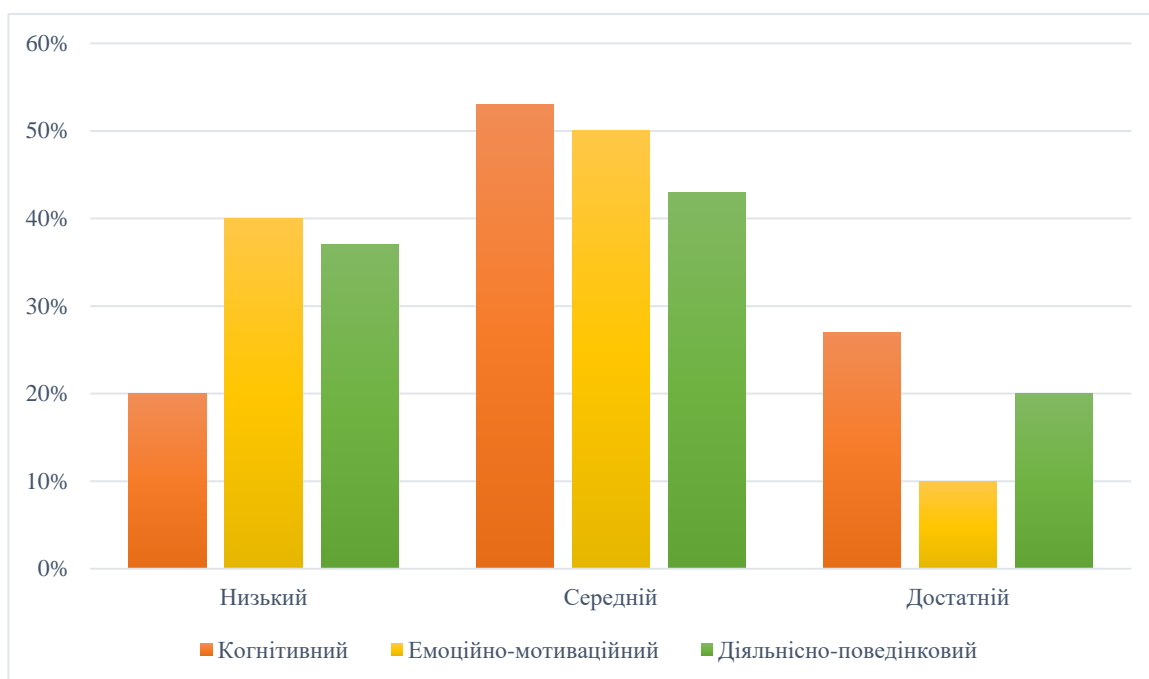


Рис. 2.4. Рівні сформованості знань, вмінь та ставлення до булінгу серед дітей контрольної групи етапі на контрольному етапі

Для більшої інформативності та детальнішого аналізу варто порівняти результати експериментальної та контрольної груп до та після проведеної профілактичної програми. Порівняння дозволяє об'єктивно оцінити, чи саме проведені заходи вплинули на зміну ситуації, а не інші зовнішні фактори. Допомогає зрозуміти, які саме елементи програми були найбільш ефективними і які потребують доопрацювання. Також це допоможе виявити недоліки програми, її слабкі сторони, щоб в подальшому ввести певні корективи. Варто враховувати той факт, що ефективність програми профілактики може остаточно проявитись не одразу, а через деякий час, тому якщо спостерігається позитивна динаміка, вона може через певний час покращитись.

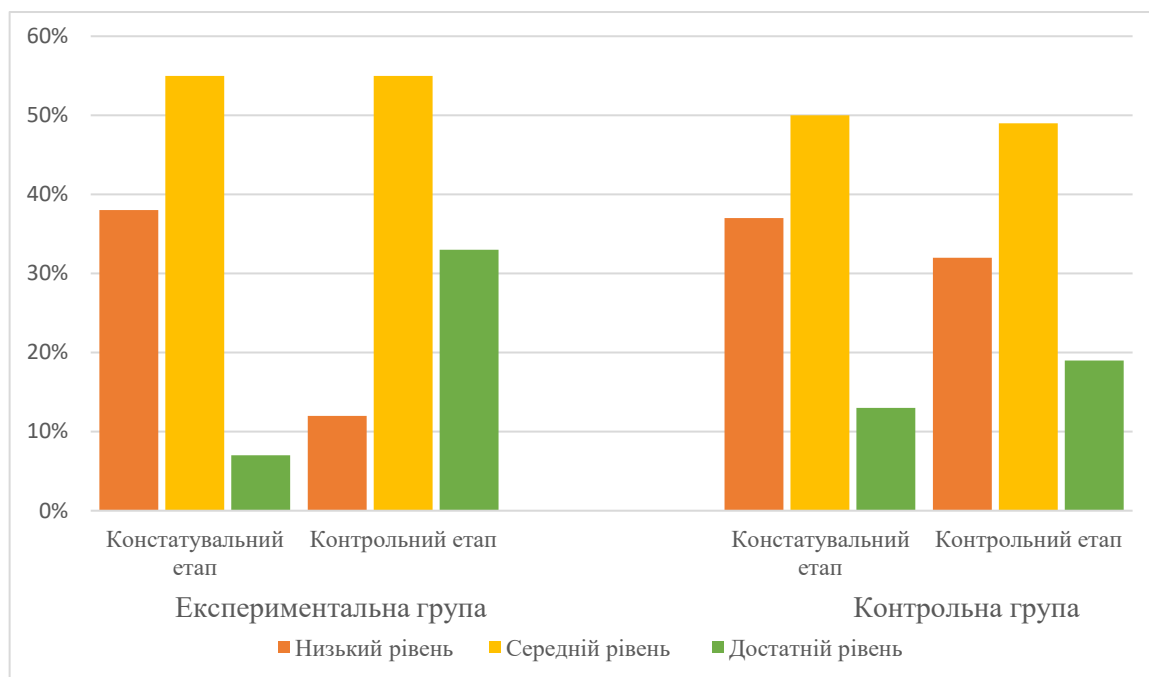


Рис. 2.5. Рівні сформованості знань, вмінь та ставлення до булінгу серед дітей експериментальної та контрольної групи на констатувальному та контрольному етапі педагогічного дослідження

Отож, порівнюючи динаміку змін щодо ставлення дітей молодшого шкільного віку до булінгу на констатувальному та контрольному етапі педагогічного експерименту бачимо, що на початку в експериментальній групі 38% дітей мали низький рівень сформованості знань, умінь та ставлення до булінгу, в той час як після проведення профілактичних заходів ця цифра знизилась до 12%. В той же час кількість школярів із середнім рівнем не змінилась та становила 55%, проте суттєво змінилась кількість дітей із достатнім рівнем: якщо на початку експерименту їх було всього 7%, то на контрольному етапі ця цифра сягала 33%.

Щодо контрольної групи, то на початковому етапі низький рівень мали 37%, в кінці експерименту він несуттєво знизився до 32%. Середній рівень знань, умінь та ставлення до булінгу мали 50% респондентів на констатувальному етапі дослідження та 49% на контрольному. В той час як достатній рівень в середньому мали 13% опитаних, а в підсумку таких учнів 19%.

Отримані дані свідчать про значну ефективність проведених профілактичних заходів щодо булінгу в експериментальній групі. Порівняно з контрольною групою, де спостерігаються незначні зміни, в експериментальній групі відбулися суттєві позитивні зрушення. Спостерігається значне зменшення кількості дітей з низьким рівнем знань, умінь та ставлення до булінгу. Це свідчить про те, що профілактичні заходи сприяли формуванню у дітей базових знань про булінг, його причини та наслідки. Суттєво збільшилася кількість дітей з достатнім рівнем. Це означає, що діти не тільки усвідомлюють проблему булінгу, але й мають певні навички протистояння йому. Кількість дітей із середнім рівнем залишилася майже незмінною. Це може свідчити про те, що для цієї групи дітей необхідно розробляти більш індивідуальні програми.

У контрольній групі спостерігаються лише незначні зміни. Це підтверджує гіпотезу про те, що саме проведені профілактичні заходи в експериментальній групі сприяли позитивним змінам.

Таким чином, проведені профілактичні заходи в експериментальній групі виявилися ефективними і сприяли зниженню рівня булінгу та підвищенню обізнаності дітей про цю проблему. Проте, для закріплення досягнутих результатів необхідно продовжувати проводити профілактичні заходи на регулярній основі. Крім того, для дітей з різним рівнем сформованості знань, умінь та ставлення до булінгу необхідно розробляти індивідуальні програми. Необхідно проводити регулярний моніторинг ситуації в школі для виявлення нових випадків булінгу та внесення коректив у програму профілактики та залучати батьків до процесу профілактики булінгу, використовуючи різноманітні інтерактивні методи навчання, такі як рольові ігри, дискусії, тренінги, тощо.

Висновки до другого розділу

За для вивчення стану профілактичної роботи щодо булінгу у закладі освіти нами був організований педагогічний експеримент, який був спрямований на з'ясування рівня знань, умінь та загального ставлення дітей

молодшого шкільного віку до проблеми булінгу. Під час цього педагогічного дослідження нами були визначені компоненти, розроблені критерії та рівні сформованості знань та ставлень. Відповідно до цих критерії та рівнім нами було охарактеризовано показники. Нами були обрані наступні критерії: когнітивний, емоційно-мотиваційний та діяльнісно поведінковий, які розкриваючись відповідно до трьох визначених рівнів: низького, середнього та достатнього в повній мірі розкривають всі можливі аспекти формування у молодших школярів ставлення до булінгу. Для педагогічного дослідження нами були взяті два класи четвертого року навчання Чернігівської загальноосвітньої школи № 3. В кожному класі було по 30 учнів. Загалом вибірка становила 60 осіб. Крім того нами були опитані вчителів в кількості 20 осіб.

Після первинного аналізу та вивчення початкового рівня знань, умінь та ставлення дітей до булінгу нами була проведена серія заходів різного формату: виховні години, інтерактивні ігри, настільні ігри, загальношкільні заходи, які мали на меті ознайомити дітей з поняттям булінгу, причинами та наслідками такої поведінки. Крім того, протягом цих занять діти вчилися співпереживати одне одному, формували вміння виражати свої почуття та навпаки розуміти почуття іншого. Також ми працювали над налагодженням в класі атмосфери дружби та довіри.

В результаті проведеної роботи, на контрольному етапі ми отримали наступні показники: низький рівень сформованості знань, умінь та ставлень до булінгу в експериментальній групі мали 12% учнів, на протиположному етапу, де таких учнів було 38%. Достатній рівень мали 33% учнів (констатувальний етап – 7%). Таким чином, такі показники свідчать про ефективність застосованої програми протидії та профілактики булінгу серед дітей молодшого шкільного віку.

ВИСНОВКИ

1. Окреслено теоретичний аспект досліджуваної проблеми булінгу у сучасній педагогічній літературі та досліджено можливість й ефективність його протидії та запобіганню.

Комплексне дослідження, що поєднувало педагогічний експеримент та аналіз наукових джерел, виявило, що профілактика булінгу серед дітей молодшого шкільного віку є багатоаспектним педагогічним процесом, який вимагає застосування різноманітних методів і прийомів. Профілактика булінгу в закладах освіти, особливо в початковій школі, є надзвичайно важливим аспектом виховання підростаючого покоління. Вона спрямована на запобігання виникненню та поширенню булінгу серед дітей, формування в них толерантності, поваги до інших та навичок мирного вирішення конфліктів.

Молодший шкільний вік – це період активного формування особистості дитини. Саме в цей час закладаються основи її соціальних навичок, цінностей та уявлень про світ. Тому профілактика булінгу в цьому віці є надзвичайно важливою.

Діти в молодшому шкільному віці ще досить пластичні і сприйнятливі до зовнішніх впливів. Саме в цьому віці найлегше закласти основи толерантного ставлення до інших людей, поваги до їхніх відмінностей та розуміння того, що всі люди мають право на повагу. У процесі спілкування з однолітками у дітей неминуче виникають конфліктні ситуації. Важливо навчити дітей конструктивним способам вирішення таких ситуацій, щоб вони могли відстоювати свої інтереси, не вдаючись до насильства. Кола має бути місцем, де кожна дитина відчувається безпечно і захищено. Профілактика булінгу сприяє створенню такого середовища, де діти можуть вільно розвиватися і вчитися.

2. Розглянуто передумови виникнення булінгу в шкільному середовищі початкової школи та особливості булінгу у дітей молодшого шкільного віку.

Ефективність профілактичної роботи щодо булінгу у дітей молодшого шкільного віку залежить від багатьох факторів. Це комплексне завдання, яке

вимагає залучення зусиль усіх учасників освітнього процесу та створення сприятливого середовища. Профілактика булінгу має бути не разовим заходом, а систематичною роботою, яка включає в себе різноманітні заходи та залучає всіх учасників освітнього процесу: учнів, вчителів, батьків, адміністрацію школи. Ефективна профілактика передбачає використання різних методів і прийомів: тренінги, бесіди, рольові ігри, творчі завдання, залучення експертів тощо.

Атмосфера взаємоповаги, довіри і підтримки в класі та школі – це один з найважливіших факторів, що запобігають виникненню булінгу. Діти мають навчатися ефективним способам спілкування, вирішення конфліктів, емпатії та толерантності.

Для оцінки рівня усвідомленості дітей щодо проблем булінгу нами було проведено педагогічне дослідження. На початковому етапі, базуючись на аналізі методичних джерел щодо проблематики булінгу та її профілактики нами були визначені компоненти формування свідомого ставлення дітей до цькування у всіх його проявах. Відповідно до компонентів нами були сформовані критерії та рівні цього явища: когнітивний, мотиваційно-ціннісний, діяльнісно-поведінковий. Ці критерії розкриваючись на трьох рівнях: низькому, середньому та достатньому в повній мірі розкривають всю специфіку формування свідомого ставлення дітей до булінгу.

3. Досліджено стан профілактики булінгу в шкільному середовищі початкової школи. Для розуміння вихідного стану знань, умінь дітей щодо цькування був проведений констатувальне діагностування, що передбачало опитування учнів (когнітивний критерій), а також ситуативні задачі (емоційно-мотиваційний та діяльнісно-поведінковий критерії).

На початковому етапі було виявлено, що серед дітей експериментального класу низький рівень усвідомленості щодо булінгу мали 38% учнів, середній – 55% дітей та високий всього 7%. У той самий час у контрольній групі низький рівень мали – 37% учнів, 50% мали середній та 13% мали достатній. Таким

чином, можемо бачили що вихідний рівень в обох групах був майже однаковим.

Отримавши результати початкової діагностики, була розроблена, організована та проведена серія заходів різного формату, що були спрямовані на профілактику та запобігання булінгу серед дітей молодшого шкільного віку. У своїй роботі ми використовували інтерактивні ігри, виховні години. Також було проведено загальношкільну акцію. Наприклад інтерактивна гра «Інтуїція» мала на меті сприяти розвитку емоційного інтелекту у дітей, створити сприятливий клімат у колективі.

Виховне заняття «Прості істини: формування навичок мовленнєвого етикету учнів як основа толерантності» було покликано сформувати алгоритми мовленнєвих взаємодій та навички міжособистісної взаємодії. Тут діти вчилися виражати свої почуття, через прохання, вітання, компліменти, запрошення, тощо. Також серед дітей була проведена квест-гра «Загадка емоцій», що мала на меті навчити дітей вивчати емоції інших людей та виражати свої почуття.

Особливу увагу приділяли темі дружби. На занятті «Один, два – разом» ми підіймали тему дружби, як формувати та берегти дружбу, як налагодити дружні стосунки, тощо. Загальношкільна акція «Дерево умінь» була покликана створити у дітей позитивні уявлення про власні унікальні здібності та вміння, тим самим показати, що кожна особистість цінна та унікальна. Багато інших заходів було проведено, головною метою їх було сформувати у дітей знання про булінг, його причини; вміння розпізнати булера та протидіяти йому, вміти співпереживати іншим та надавати допомогу жертвам цькувань.

4. Перевірено ефективність запропонованого комплексу заходів щодо профілактики булінгу в роботі з дітьми молодшого шкільного віку. Щоб перевірити ефективність нашої програми профілактики було проведено контрольну діагностику за для виявлення динаміки змін у показниках обізнаності дітей у проблем булінгу. Отже, серед дітей експериментальної групи після профілактичних заходів виявили, що низький рівень усвідомленості

мають 12% учнів, в той час як на констатувальному етапі мали 38%; середній рівень не змінився і лишився на рівні 55%.

Суттєві зміни відбулись на достатньому рівні: на початковому етапі 7% дітей, наприкінці 33%. Порівняно з контрольною групою, де дещо знизилась кількість дітей із низьким рівнем з 37% до 32%, та підвищенням кількості дітей що мали достатній рівень обізнаності з 13% до 19%, можемо сказати, що такі зміни не є суттєвими порівняно з школярами експериментальної групи, що підтверджує ефективність застосованої нами профілактичної програми проти булінгу.

Проте, не варто забувати, що такі заходи мають відбуватись регулярно, щоб діти постійно могли підвищувати свою обізнаність щодо проблем булінгу. Зважаючи на постійне зростання кількості та форм різновиду булінгу необхідно постійно тримати це питання на контролі, як зі сторони вчителів та адміністрації закладів освіти, так і зі сторони батьків.

Також вважаємо, що вищевказана проблеми потребує більш детального вивчення, не лише з дітьми молодшого шкільного віку, але і в більш старшому віці.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андрєєнкова В. Л., Мельничук В. О., Калашник О. А. Протидія булінгу в закладі освіти: системний підхід: методичний посібник. Київ, 2019. 132 с.
2. Барліт А.Ю., Барліт О.О. Булінг в закладах освіти: нормативно-правове регулювання проблеми в Україні. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2019. № 63. Т. 1. URL: http://www.pedagogy-journal.kpu.zp.ua/archive/2019/63/part_1/20.pdf (дата звернення: 07.08.2024).
3. Беляєва О. Булінг у шкільному середовищі. Теорія та практика. *Психолог*. 2017. № 17–18. С. 1–46.
4. Блужан Т. В. Булінг як форма шкільного насильства. *Виховна робота в школі*. 2020. № 11. С. 4-5.
5. Булінг у початковій школі. *Освіта України*. 2019. 27 трав. (№ 21). С. 5.
6. Булінг у школах. Чи можна його подолати? *Педагогічна майстерня*. 2019. № 5. С. 20–23
7. Габенко Л. Обережно: кібербулінг. Година психолога. *Психолог*. 2017. № 23–24. С. 40-43.
8. Гунько А. Ю., Веретенко Т. Г. Явище булінгу в загальноосвітньому навчальному закладі як соціально-педагогічна проблема. URL : <file:///C:/Users/User/Downloads/13-56-1-PB.pdf> (дата звернення: 07.08.2024).
9. Довга Т., Прибора Т. Педагогічна толерантність як інструмент протидії булінгу в освітньому середовищі початкової школи. *Рідна школа*. 2019. № 2. С. 39-44.
10. Залібовська-Ільніцька З. В. Причини булінгу у середовищі здобувачі загальної середньої освіти: теоретичний аспект. *Актуальні проблеми соціальної сфери* : зб. Наук. Робіт викладачів і студентів. Житомир, 2021. Вип. 11. С. 16-18.

11. Ілляшенко В. О. Причини та наслідки булінгу в школі: психологічний аспект. *Збірник наукових праць викладачів, аспірантів, магістрантів і студентів фізико-математичного факультету*. Полтав. Нац. Пед. Ун-т імені В. Г. Короленка ; гол. Ред. Ю. Д. Москаленко. Полтава, 2019. С. 259–260.
12. Калуга-Семенкова Л., Ковганич Г., Безрук К. Протидія булінгу в дитячому середовищі. Маркери-орієнтири з підготовки та проведення засідання педагогічної ради. *Завуч*. 2019. № 5. С. 26–40.
13. Кириченко В., Ковганич Г. Шкільний булінг. Інформативно-методичні конструктори для педагогів, учнів, батьків. *Шкільний світ*. 2019. № 2. С. 12–22.
14. Кормило О. Явище булінгу в освітньому просторі. *Проблеми гуманітарних наук*. Серія: Психологія, 2015 № 37. С. 174–187.
15. Кузляєва О. Більше, ніж бешкетництво. Причини та прояви булінгу. *Соціальний педагог*. 2019. № 10. С. 14–19.
16. Король А. Причини та наслідки явища булінгу. *Відновне правосуддя в Україні*, 2009. № 1–2 (13). С. 84–93.
17. Костіна Л. Профілактика булінгу як елемент недопущення зміни особистості учня. *Психолог*. 2020. № 2. С. 52–61.
18. Крученко С. Кібербулінг як одна із форм психологічного насилля Вища школа. 2017. № 12. С. 70–80.
19. Кулешова О. В., Міхеєва Л. В. Булінг в освітньому середовищі: аналіз, шляхи подолання. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Серія «Психологічні науки». 2019. № 1. С. 154–158.
20. Кустенко К. Ю. Кібербулінг як соціально-педагогічна проблема серед учнів загальноосвітнього закладу. *Сучасна освіта в реаліях та перспективах: соціально-педагогічний аспект* : зб. наук. і наук.-метод. праць. Кривий Ріг, 2019. Вип. 2. С. 120–125.
21. Лесик А. Явище булінгу як психолого-педагогічний феномен освітнього процесу сучасного шкільного середовища. *Молодь і ринок*, 2023.

№ 5. С. 137-142. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mir_2023_5_28. (дата звернення 07.07.2024)

22. Литвинюк С. А. Булінгу – ні!!! Інтерактивне заняття з елементами тренінгу *Початкове навчання та виховання*. 2020. № 9. С. 71–73.

23. Лушпай Л. І. Шкільний булінг як різновид суспільної агресії. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»*. Серія: Філологічна, 2013. Вип. 33. С. 85–88.

24. Макарова О. П. Булінг як соціально-психологічна проблема в освітньому середовищі. *Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу системи МВС України* : тези доп. Всеукр. Наук.-практ. Конф. (м. Харків, 25 берез. 2022 р.) / МВС України, Харків. Нац. Ун-т внутр. Справ, Наук. Парк «Наука та безпека». Харків : ХНУВС, 2022. С. 140-142.

25. Макарова О.П. Радіонова Л.О. Проблема булінгу в сучасному суспільстві *Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу системи МВС України*: тези доп. Всеукр.наук. – практ конф /МВС України, Харків. Нац. Ун-т внутр. Справ. – Харків, 2019.312 с

26. Мар'яновська В. В. Булінг: вітчизняний та закордонний досвід. *Review of transport economics and management*. 2019. Вип. 2 (18). С. 147–154.

27. Матвійчук К. Розвиток освітніх компетентностей. Булінг: причини й способи подолання. *Психолог*. 2022. № ½. С. 82–97.

28. Мельникова О. М. Профілактика дитячого булінгу. *Габітус*. 2021. Вип. 21. С. 88-91. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/habit_2021_21_16. (дата звернення 07.07.2024)

29. Миронюк Т. В., Запорожець А. К. Удосконалення заходів протидії булінгу в Україні. *Науковий вісник Національної академії внутрішніх справ*. 2019. № 3 (112). С. 21–28.

30. Опанасенко Л. А., Саковська В. В. Формування психологічної готовності педагогів і психологів до роботи з проблемою булінгу: тренінгова програма «Знаю, хочу, вмію, відчуваю, дію!». 2019. 106 с.
31. Павлюк Н. Кібербулінг. Як форма агресії. *Початкова освіта*. 2019. № 24. С. 32–41.
32. Пилипенко Ю. Актуальні проблеми та способи протидії булінгу в освітньому середовищі початкової школи. *Освіта і соціальна робота як ресурси розвитку особистості й суспільства* : матеріали доп. Всеукр. Наук.-практ. Конф. з міжнар. участю. Чернівці, 2022. С. 131-134. URL: <http://eprints.zu.edu.ua/id/eprint/37418>. (дата звернення 07.08.24).
33. Підласий І. П. Булінг зупинити не можна, його треба очолити. *Управління школою*. 2019 . № 7. С. 2–15.
34. Плутицька К. М. Підходи до розуміння булінгу як форми шкільного насильства. *Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету*. Серія: Юриспруденція. 2017. № 29 (2). С. 78-80.
35. Погорелова Г. Безпека у школі. Попередження булінгу в освітньому середовищі. *Психолог*. 2021. № 7/8. С. 32–41
36. Полянничко А. Насильство в загальноосвітніх навчальних закладах: сутність, причини поширення, наслідки. *Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання у підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми*. 2013. Вип. 35. С. 48–53.
37. Пономаренко О. М. Булінг проблема того, хто потерпає від булінгу, чи групи? *Класному керівнику. Усе для роботи*. 2019. № 11. С. 30–34.
38. Прібиткова Н. Булінг у закладах освіти: поняття, структура, причини та шляхи подолання. *Сучасні проблеми правового, економічного та соціального розвитку держави*. Харків, 2017. С. 58–61.
39. Про булінг (цькування) та як його подолати. Дітям, молоді та дорослим про важливе. Київ :ДУ «Державний інститут сімейної та молодіжної політики», 2020. 40 с.

40. Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу: Закон України № 2657-VIII від 18 грудня 2018 р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2657-19> (дата звернення: 20.07.2024).

41. Про Національну стратегію розбудови безпечного і здорового освітнього середовища у новій українській школі : Указ Президента України; Стратегія від 25.05.2020 № 195/2020. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/195/2020#Text> (дата звернення: 07.08.2023).

42. Про освіту : Закону України від 05.09.2017 № 2145-VIII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text> (дата звернення: 07.08.2024).

43. Про повну загальну середню освіту : Закону України від 16.01.2020 № 463-IX. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/463-20#Text> (дата звернення: 07.08.2024).

44. Про створення безпечного освітнього середовища в закладі освіти та попередження і протидії булінгу (цькуванню) // Шкільному психологу. *Усе для роботи*. 2020. № 9. С. 2–7.

45. Протидія та попередження булінгу (цькуванню) в закладах освіти. URL: https://courses.prometheus.org.ua/courses/coursev1:MON+AB101+2019_T2/about (дата звернення 07.08.2024).

46. Соболь Є. Ю., Корнійченко А. О. Булінг в освітньому середовищі – детермінанти та форми. *Наукові записки Центральноукраїнського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка*. Серія: Право, 2020. № 8. С. 4-9.

47. Рогожа Н. П. Стоп, булінг!. *Класному керівнику. Усе для роботи*. 2019. № 1. С. 23–27.

48. Романюк А.М. Булінг як соціально-психологічне явище у сучасному освітньому просторі. *Академічні студії*. Серія «Педагогіка», Вип. 3, ч. 2, 2021. С. 10-15.

49. Освітнє середовище вільне від насильства та булінгу: педагогічний колектив як фактор розбудов *Електронний збірник наукових праць Запорізького обласного інституту післядипломної педагогічної освіти*. Запоріжжя, Випуск

№2(54) /2023. URL: https://drive.google.com/file/d/1QarGuYSkOdYJ0JGZ5Tfk0BS_O208UF6Bw/view (дата звернення: 07.08.2024).

50. Слесь Г., Попова К. Насильство серед учнів. Як його уникнути чи як йому протидіяти? *Педагогічна майстерня*. 2019. № 2. С. 30–35.

51. Соболев Є. Ю., Корнійченко А. О. Булінг в освітньому середовищі – детермінанти та форми. *Наукові записки Центральноукраїнського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка*. Серія: Право, 2020. № 8. С. 4–9.

52. Сорочан Д. А. Булінг: поняття, історія існування, характеристика. *Науковий вісник публічного та приватного права*. 2019. № 6. С. 12–19.

53. Ступа Я. Булінг у школах. Чим можна його подолати?. *Педагогічна майстерня*, 2019. № 5. С. 20–24.

54. Третяк О. Психолого-педагогічна протидія булінгу у середовищі учнів початкової школи. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді*. 2021. Вип. 25(2). С. 173-186. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Tmpvd_2021_25\(2\)_16](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Tmpvd_2021_25(2)_16). (дата звернення: 07.08.2024).

55. Тищенко Н. П. Булінг. Помилки у разі втручання. *Педагогічна майстерня*. 2019. № 4. С. 13–17.

56. Фатєєва М. В. Профілактика булінгу в учнівському середовищі. Тренінг для учнів. Шкільному психологу. *Усе для роботи*. 2020. № 5. С. 20–24.

57. Фомічова О. Наукові підходи до трактування поняття «булінг» в історико-педагогічній ретроспективі. *Рідна школа*. 2019. № 5/6. С. 42–47.

58. Харченко Н. Як діяти педагогу в разі виявлення булінгу. Коучинг-сесія. *Методист*. 2021. № ¾.

59. Хоменко З. І. Агресивна поведінка дітей як передумова підліткового кібербулінгу в мережевому спілкуванні. *Психологія і особистість*. 2018. № 2 (14). С. 181–196. URL: <http://dspace.pnpu.edu.ua/handle/123456789/10917>. (дата звернення: 07.08.2024).

60. Emotional and behavioural disorders of children and adolescents/ World mental health day. *A Global World Mental Health Education Program of The world Federation for Mental Health*, 2003. 75

61. Olweus, D. & Limber, S. P. Five key components in a global strategy against bullying. *In Office of the Special Representative of the Secretary General on Violence against Children* (Ed.), *Ending the torment: tackling bullying from the schoolyard to cyberspace* (2016). New York: United Nations Press. (pp. 67-73).

62. Olweus D. Annotation: Bullying at School: Basic Facts and Effects of a School Based Intervention Program. *The Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 1994. Vol. 35. № 7, pp. 1171–1190.

63. Randall P. *Bullying in Adulthood: Assessing the Bullies and Their Victims* / P.Randall. Florence, KY, USA: Brunner-Routledge, 2001. URL: <http://site.ebrary.com/lib/bckharkiv/Doc?id=10053591> (дата звернення: 07.08.2024).

64. *Safe to Learn: Embedding Anti-Bullying Work in Schools* / Department for Children, Schools and Families guidance. 2008. URL: www.teachernet.gov.uk/wholeschool/behaviour/tacklingbullying/racistbullying (дата звернення: 07.08.2024).

65. Salisbury J. *Challenging Macho Values: Ways of Working with Boys in Secondary Schools* / J. Salisbury. Routledge Falmer, 1999. 338p. URL: <http://site.ebrary.com/lib/bckharkiv/Doc?id=100957668> (дата звернення: 07.08.2024).

66. Smolianko Yu. M. Author's tale as a way to overcome preschoolers' internal fears. VIII International scientific and practical conference «Scientific Research as a Mechanism of Effective Human Development» (January 31-February 2, 2024) Sofia, Bulgaria, International Scientific Unity. 2024. S. 205-207.

67. Vasylyshunkov, OlenaShevtsova, ValentyneKoval, TetyanaGrygorenko, LiudmylaYefymenko, Smolianko, Y., OleksandrKuchai. Prospective Directions of Using Multimedia Technologies in the Training of Future Specialists. *IJCSNS International Journal of Computer Science and Network Security*, Vol. 22 No. 6 June 2022. P. 739-746.

ДОДАТКИ

Додаток А

Анкета опитувальник для дослідження рівня освіченості молодших школярів щодо проблеми булінгу в закладі освіти (когнітивний критерій)

1. Що ти розумієш під поняттям "булінг"?

- а) Коли один друг жартує над іншим.
- б) Коли хтось систематично ображає, принижує або залякує іншу людину.
- в) Коли люди сваряться.

2. Які з наведених прикладів є булінгом?

- а) Двоє дітей сперечаються під час гри.
- б) Один учень постійно розповсюджує про іншого неприємні чутки.
- в) Двоє друзів обмінюються жартами.

3 Які види булінгу ти знаєш? (Відкрите питання, можна запропонувати варіанти: фізичний, психологічний, кібербулінг тощо)

4. Чи можна жартувати над іншими дітьми?

- а) Так, завжди.
- б) Ніколи.
- в) Можна, але тільки якщо це не ображає.

5. Які з наведених прикладів є кібербулінгом?

- а) Відправити другу смішне відео.
- б) Розповсюджувати чутки про когось в інтернеті.
- в) Обмінюватись повідомленнями з другом.

6. Як ти думаєш, що відчуває дитина, яку постійно ображають?

- а) Може бути дуже сумно і самотньо.

- б) Може боятися йти до школи.
- в) Може злитися і хотіти помститися.
- г) Може відчувати себе ніким.

7. Чому, на твою думку, деякі люди стають булерами?

- а) Бо вони хочуть бути популярними.
- б) Бо вони мають проблеми вдома.
- в) Усі відповіді правильні.

8. Як ти думаєш, що може допомогти жертві булінгу?

- а) Нічого, він/вона має змиритися.
- б) Поговорити з довіреною людиною (дорослим, другом).
- в) Дати відсіч булеру.

9. Які, на твою думку, найефективніші способи боротьби з булінгом?

- а) Покарання булерів.
- б) Профілактика булінгу (розмови, тренінги).
- в) Обидва варіанти правильні.

10. Що для тебе означає бути хорошим другом?

- а) Завжди підтримувати друга.
- б) Не дражнити і не ображати друга.
- в) Допомогати другу, коли йому важко.
- г) Ділитися з другом іграшками та секретами.

Додаток Б

Анкета опитувальник для дослідження рівня освіченості молодших школярів щодо проблеми булінгу в закладі освіти
(емоційно-мотиваційний критерій)

Ситуація 1: Ти відчуваєш себе незадоволеним і вирішуєш випустити пар, образивши когось із однокласників. Як ти себе почуваєш після цього?

- а. "Ну і що? Він же сам слабак." (Відсутність емпатії, агресивність.)
- б. "Спочатку мені було весело, а потім якось соромно. Напевно, не варто було так робити." (Часткове усвідомлення неправильності вчинку, але відсутність стійкої позиції проти булінгу.)
- в. "Мені дуже шкода, що я так вчинив. Я розумію, що це було неправильно і завдало людині болю. Я хочу попросити вибачення." (Глибоке покаяння, розвинена емпатія, прагнення виправити ситуацію.)

Ситуація 2. Уяви, що ти став/стала об'єктом булінгу. Як би ти себе почував/почувала? Що б ти хотів/хотіла, щоб зробили твої друзі?

- а. Було б дуже боляче і самотньо.
- б. Хотів/хотіла б, щоб хтось мене захистив.
- в. Спробував/спробувала б дати відсіч.
- г. Змирився/змирилася б з цим.

Ситуація 3. Твій друг, який раніше брав участь у булінгу, раптом вирішив змінитися. Як ти відреагуєш на це?

- а. Порадував/порадувалася за друга і підтримав/підтримала його/її зміни.
- б. З недовірою поставився/поставилася до його/її слів.
- в. Продовжив/продовжила спілкуватися з ним/нею як раніше.

Ситуація 4. Ти бачиш, як однокласника ображають. Які почуття ти відчуваєш?

- а. Злість на того, хто ображає.
- б. Сум за однокласника.

- в. Страх, що те саме станеться з тобою.
- г. Байдужість.

Ситуація 5. Уяви, що тебе постійно дразнять. Як ти себе відчуваєш?

- а. Самотньо і покинуто.
- б. Зло і готовий/а до помсти.
- в. Соромно і ніяково.
- г. Байдуже, я звик/звикла.

Ситуація 6. Ти заступився/заступилася за однокласника, якого ображали.

Які почуття ти відчуваєш після цього?

- а. Задоволення від того, що зробив/зробила правильну справу.
- б. Страх, що тепер будуть ображати тебе.
- в. Тривогу за наслідки.
- г. Байдужість.

Ситуація 7. Уяви, що ти той, хто ображає інших. Які почуття ти думаєш, відчувають люди, яких ти ображаєш?

- а. Мені байдуже, що вони відчувають.
- б. Можливо, вони відчувають те саме, що я, коли мене ображають.
- в. Я розумію, що вони страждають.
- г. Я не хочу про це думати.

Ситуація 8. У класі відбувається розмова про булінг. Які почуття ти відчуваєш під час цієї розмови?

- а. Злість на тих, хто бере участь у булінгу.
- б. Сум за тих, хто страждає від булінгу.
- в. Сором, якщо ти колись був/була свідком булінгу і нічого не зробив/зробила.
- г. Байдужість.

Ситуація 9.: Ти допоміг/допомогла організувати захід, який об'єднав клас і допоміг зміцнити дружбу. Які почуття ти відчуваєш?

- а. Радість і задоволення.

- б. Впевненість у своїх силах.
- в. Бажання зробити ще щось хороше.
- г. Байдужість.

Ситуація 10. Якби ти міг/могла змінити одну річ у школі, щоб почуватися безпечніше, що б це було?

- а. Щоб не було жодного булінгу.
- б. Щоб учні були більш доброзичливими один до одного.
- в. Щоб вчителі більше уваги приділяли проблемам булінгу.
- г. Нічого б не змінював/змінювала.

Додаток В

Анкета опитувальник для дослідження рівня освіченості молодших школярів щодо проблеми булінгу в закладі освіти (діяльнісно-поведінковий критерій)

Ситуація 1: Ти знаєш, що твій друг бере участь у булінгу. Тобі не хочеться його видавати, але й миритися з цим не хочеться. Що ти зробиш?

- а. "Я буду мовчати, щоб не посваритися з другом." (Конформність, страх наслідків.)
- б. "Я спробую поговорити з другом наодинці і пояснити йому, що це неправильно." (Бажання вплинути на друга, але можливо, недостатньо рішучі дії.)
- в. "Я повідомлю вчителю або батькам. Я не можу миритися з тим, що хтось страждає." (Високий рівень відповідальності, готовність захищати інших.)

Ситуація 2: Ти бачиш, що хтось сильно постраждав від булінгу. Як ти можеш йому допомогти?

- а. "Я просто пройду повз, це не мої проблеми." (Бажання уникнути конфлікту, байдужість.)
- б. "Я спробую його підтримати, сказавши кілька приємних слів." (Часткова емпатія, але недостатньо дієві дії.)
- в. "Я підійду до нього, спробую розговорити, запропоную свою допомогу. Якщо потрібно, розповім про це дорослим." (Активна позиція, готовність допомогти, розуміння серйозності ситуації.)

Ситуація 3. Ти бачиш, як твій друг пише образливі коментарі про однокласника в соціальних мережах. Як ти на це відреагуєш?

- а. Спробував би/спробувала переконати друга, що це неправильно.
- б. Повідомив би/повідомила про це адміністратора мережі.
- в. Ігнорував би/ігнорувала цей коментар.
- г. Приєднався/приєдналася б до нього/неї.

Ситуація 4. Ти стаєш свідком того, як новий учень стає об'єктом насмішок. Твій друг каже, що це нормально, адже нові завжди мають терпіти. Що ти відповіси?

- а. Заступився/заступилася б за нового учня.
- б. Спробував/спробувала розсміяти ситуацію.
- в. Просто пішов/пішла геть.
- г. Погодився/погодилася з другом.

Ситуація 5. Ти випадково штовхнув/штовхнула однокласника, і він розбив коліно. Як ти поведешся?

- а. Вибачився/вибачилася перед однокласником і запропонував/запропонувала допомогу.
- б. Зробив/зробила вигляд, що нічого не сталося.
- в. Образився/образилася у відповідь.

Ситуація 6: Ти бачиш, що вчитель несправедливо кричить на учня. Як ти на це відреагуєш?

- а. Тихо сказав/сказала вчителю, що, на мою думку, він/вона не має права так кричати.
- б. Поскаржився/поскаржилася директору.
- в. Проігнорував/проігнорувала цю ситуацію.

Ситуація 7.: Хтось спеціально тебе провокує, щоб ти відповів агресією. Як ти впораєшся з цією ситуацією?

- а. Спробував/спробувала залишитися спокійним/спокійною і піти геть.
- б. Відповів/відповіла тим же.
- в. Попросив/попросила допомоги у дорослого.

Ситуація 8: Твоя компанія вирішила бойкотувати нового учня. Ти не погоджуєшся з цим, але боїшся залишитися сам/сама. Що ти зробиш?

- а. Залишився/залишилася вірним/вірною своїм принципам і відмовився/відмовилася брати участь.
- б. Підкорився/підкорилася думці більшості.

в. Спробував/спробувала переконати інших змінити свою думку.

Ситуація 9: Ти бачиш, що хтось поводить дивно і здається засмученим.

Ти не знаєш, чи його хтось ображає. Що ти зробиш?

а. Підійшов/підійшла до цієї людини і запитав/запитала, чи все у нього/неї гаразд.

б. Повідомив/повідомила про це вчителю або іншому дорослому.

в. Проігнорував/проігнорувала цю ситуацію.

Ситуація 10: Ти бачиш, як старшокласники ображають учня з молодших класів. Які дії ти вчиниш?

а. Повідомлю вчителя або іншого дорослого.

б. Спробую заступитися за молодшого учня.

в. Буду робити вигляд, що нічого не бачу.

г. Приєднаюсь до старшокласників.

Анкета-опитувальник для педагогічних працівників

Запрошуємо вас до участі у проведенні опитування з проблем профілактики та протидії булінгу серед дітей молодшого шкільного віку. Мета опитування – дослідження Ваших уявлень щодо розповсюдженості насильства та цькування (булінгу) у шкільному середовищі та можливих шляхів його подолання.

Відомості про заклад освіти та клас/групу вказуватися не будуть, оскільки опитування проходить анонімно, а результати подаватимуться лише в узагальненому вигляді

1. Як ви визначаєте булінг у шкільному середовищі?
2. Чи спостерігали ви випадки булінгу серед учнів у своєму класі?
 - а. Так
 - б. Ні
3. Як часто ви стикаєтесь з булінгом у вашому класі?
 - а. Раз на тиждень
 - б. Кілька разів на місяць
 - в. Рідко
 - г. Ніколи
4. Які основні причини булінгу, на вашу думку, існують у школі?
5. Які заходи ви застосовуєте, щоб запобігти булінгу у вашому класі?
6. Чи вважаєте ви, що школа має достатні ресурси для боротьби з булінгом?
 - а. Так
 - б. Ні
7. Чи зверталися до вас учні з проблемами, пов'язаними з булінгом?
 - а. Так
 - б. Ні
8. Як ви реагуєте на повідомлення про булінг від учнів?

9. Чи отримували ви додаткове навчання або семінари з питань протидії булінгу?

- а. Так
- б. Ні

10. Як ви оцінюєте рівень підтримки з боку адміністрації школи у випадках булінгу?

11. Як часто ви спілкуєтеся з батьками щодо проблем булінгу у вашому класі?

- а. Часто
- б. Іноді
- в. Рідко
- г. Ніколи

12. Чи вважаєте ви, що батьки достатньо поінформовані про проблему булінгу?

- а. Так
- б. Ні

13. Чи є у вашому класі учні, які, на вашу думку, можуть бути жертвами булінгу?

- а. Так
- б. Ні

14. Як ви оцінюєте ефективність шкільних політик і програм щодо запобігання булінгу?

15. Які додаткові заходи або зміни ви б запропонували для покращення боротьби з булінгом у школі?

Додаток Е

Інтерактивна гра «Шоу-інтуїція»

Мета заняття: Зняти вербальну агресію, допомогти дітям виплеснути гнів у прийнятній формі. Навчити дітей керувати гнівом, навчити учнів способам безпечного вираження агресивних почуттів.

Час, необхідний для підготовки: 2 години при очному форматі або 1 день при дистанційному форматі (чистого робочого часу 2 години, але потрібен час на збір інформації з учасників заходу).

Час, необхідний для проведення: 1 година (близько 2 хвилин на кожного учасника)

Допоміжні матеріали:

- при очному проведенні: листи А4 (у кількості, що дорівнює кількості учасників, + 1 для організаторів), ручки (у кількості, що дорівнює кількості учасників, + 1 для організаторів), ножиці (для організаторів), комп'ютер та екран для виведення презентації, стільці за кількістю учасників для зручності;
- при дистанційному форматі: комп'ютер з доступом до Інтернету та програмою для відеоконференцій для кожного учасника.

Короткий опис ідеї:

Ця гра буде актуальна для новостворених колективів: для класів, де багато «новеньких», незнайомих один одному дітей. Саме в цей момент складаються чи не складаються відносини в колективі і виникає потенційна можливість для появи булінгу. Щоб запобігти розколам у колективі, необхідно, щоб діти краще дізналися один одного з цікавого боку. Щоб викликати бажання спілкуватися один з одним, потрібно виявити спільні теми для розмов. Гра також застосовна і в колективі для підтримки інтересу один до одного, для того, щоб «освіжити» відносини. Актуально проводити на початку навчального року після тривалої перерви у спілкуванні.

План підготовки:

1. Визначити організаторів проведення гри. Для очного проведення необхідно 4 особи (мінімум 2), для дистанційного – 3 особи (мінімум 2).

2. Призначити дату та час проведення, оповістити учасників (у дистанційному форматі: надіслати посилання).

3. Зібрати з учасників 3 цікаві особисті факти про себе. Це може бути, наприклад, «Я вмюю...», «Я люблю...», «Я займаюся...», «Я бував...», «У мене вдома є...», «Я боюсь...», «Я мрію про...» , "Я хочу бути ...", "У мене дід - відомий ...» та інше.

У дистанційному форматі потрібно отримати від кожного учасника прикольну фотографію в електронному вигляді, на якій він сам собі подобається.

4. Зробити презентацію, наприклад, у Power Point, в якій на одному загальному слайді розташувати за одним цікавим фактом про кожного учасника (всі факти на одному слайді). Можна зробити таблицю Excel, у якій кожен факт буде у своїй комірці (всі факти містяться під час перегляду на одному екрані!).

5. Зібрати всі фотографії учасників в одну папку на комп'ютері і перейменувати їх так, щоб швидко знаходити потрібного (на ім'я або прізвище).

6. Скласти таблицю для підбиття підсумків, в якій буде з писк всіх учасників і кількість стовпців для відповідей, що дорівнює кількості учасників. Кожному учаснику надається номер за цим списком. Для очного проведення роздрукувати її (Додаток 1).

7. Для очного проведення: для кожного учасника підготувати листочки для відповідей у кількості, що дорівнює кількості учасників. На кожному листочку має бути номер учасника. Наприклад, якщо в учасника №1, на всіх листочках для відповідей має стояти №1.

Листочки можна швидко підготувати наступним чином: робимо таблицю в Excel, розміром з А4, з кількістю осередків, що дорівнює кількості учасників; у верхньому лівому осередку ставимо «1», у решті всіх вписуємо формулу «=A1» — у решті осередків автоматично з'явиться «1». У форматі осередків призначаємо межі, друкуємо, ріжемо за межами

Таким чином: для учасника №1 у нас є листочки з номером 1 у потрібній кількості. Далі у верхню ліву комірку ставимо «2» - у всіх інших з'явиться «2», роздруковуємо, ріжемо і т. д. (Додаток 2).

8. Підготувати аудиторію для очного формату: розставити стільці по колу, але так, щоб усім було видно екран; на кожен стілець покласти ручку та листочки для відповідей.

9. Підібрати позитивну музику та включити на час збору учасників.

10. Завантажити з Інтернету звук таймера.

Хід заходу

Очний формат

Перший ведучий веде гру.

Другий сидить за комп'ютером.

Третій – збирає відповіді.

Четвертий – заносить відповіді у відомість та підраховує результати.

1. Початок гри

Другий ведучий включає музику, перший запрошує учасників до підготовленої аудиторії та пропонує зайняти будь-яке місце. Ведучі вітають учасників, перший пояснює мету заходу: краще познайомитись, весело провести час і перевірити, у кого з класу найкраще розвинена інтуїція та емпатія. Інтуїція — дуже важлива річ для школяра: саме вона рятує, коли не знаєш, як відповісти на уроці, а розвинена емпатія дозволяє вчителеві зрозуміти, чи варто вигадувати виправдання, чому не зроблено «домашнє», чи краще сказати, як є. Ведучий пояснює правила гри: «На екрані ви бачите факти про кожного з присутніх. Ваше завдання – розгадати, кому належать ці факти. Хто дасть більше вірних відповідей, той має найрозвиненішу інтуїцію».

2. Хід гри

Перший ведучий викликає першого учасника (випадковий вибір). Учасник обирає факт і припускає, до кого він належить. Ця людина встає і

говорить ще два факти про себе (заздалегідь підготовлені). Другий ведучий виводить на екран фото передбачуваного «хазяїна» факту.

Після цього другий ведучий включає звук таймера (30-40 секунд). У цей час учасники думають, обговорюють із сусідами та приймають рішення, чи належить все-таки передбачуваній людині цей факт чи ні. Важливо встигнути записати відповідь та здати її. Кожен учасник на свій листочок для відповідей записує прізвище того, кому, як вважає, належить обраний факт. Учасник може бути згоден із граючим або вибрати будь-якого іншого учасника.

Третій ведучий, поки цокає таймер, швидко ходить по колу, збирає всі відповіді та віддає четвертому ведучому, який веде відомість. Тільки після того, як усі відповіді здані, перший ведучий розкриває людину, якій справді належить цей факт: просить її встати, а решту — йому поаплодувати. Якщо це інший учасник (вгадали невірно), то справжній «господар» вибраного факту розповідає про себе ще два підготовлені факти, тому що його більше не оберуть.

У цей момент завдання четвертого ведучого — оперативно внести у відомість «+» або «-» кожному учаснику за поточний раунд залежно від правильності відповіді зібраних листків та озвучити, скільки людей вгадали.

Завдання другого ведучого — усунути з презентації розгаданий факт. Потім перший ведучий пропонує учаснику вибрати наступний факт і припустити, кому він належить. Гра продовжується за описаним вище сценарієм.

Дистанційний формат

Перший ведучий веде гру,

Другий ведучий включає та редагує презентацію,

Третій ведучий стежить за чатом та вносить результати у відомість.

1. Початок гри

У всіх учасників вимкнено звук та увімкнена камера. Ведучий просить усіх увімкнути режим перегляду конференції, коли на екран виводиться велике відео того, хто говорить; уточнює, чи уміють користуватися чатом.

Перший ведучий всіх вітає, представляє інших ведучих, пояснює зміст заходу (див. в описі очного формату) та правила гри.

Ведучий: «На екрані ви бачите факти про кожного з присутніх (другий ведучий включає демонстрацію свого екрану з презентацією). Ваше завдання – розгадати, кому належать ці факти. Хто дасть більше вірних відповідей, той має найрозвиненіша інтуїція».

2. Хід гри

Перший ведучий викликає першого учасника (випадковим вибором) і включає мікрофон. Учасник обирає факт і припускає, кому він належить. Другий ведучий виводить на екран фото передбачуваного «хазяїна» факту.

Мікрофон включають цього учасника. Демонстрація екрана вимикається. Цей учасник усіх вітає та говорить ще два факти про себе (заздалегідь підготовлені).

Перший ведучий уточнює у першого учасника, чи він впевнений у своєму виборі. Після цього другий ведучий включає звук таймера (30-40 секунд). У цей час учасники можуть думати, обговорювати із сусідами у приватних чатах. У результаті кожен ухвалює рішення, належить все-таки передбачуваній людині цей факт чи ні. Важливо встигнути написати відповідь у чат. Кожен учасник пише прізвище того, кому, як вважає, належить обраний факт. Учасник може бути згоден з граючим або вибрати будь-кого іншого учасника.

Третій ведучий, поки цокає таймер, стежить за чатом і вносить усі відповіді у відомість.

Тільки після того, як усі надіслали свої відповіді в чат, перший ведучий розкриває людину, якій справді належить цей факт — включає йому мікрофон, а решту просить поаплодувати за допомогою значків «Долонька», які є в Zoom.

Якщо це інший учасник (вгадали невірно), то справжній «господар» обраного факту розповідає про себе ще два підготовлені факти, тому що його більше не виберуть.

У цей момент завдання другого ведучого — видалити з презентації розгаданий факт. Четвертий ведучий озвучує, скільки людей вгадали у цьому раунді.

Потім другий ведучий включає демонстрацію свого екрану з презентацією, а перший ведучий пропонує учаснику вибрати наступний факт і припустити, кому він належить. Гра продовжується за описаним вище сценарію.

Додаток 1

Приклад таблиці для підрахунку результатів шоу «Інтуїція»

											0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	2	3	4	5	6	7	
ААнаста сія В.																													
ККирил Д.																													

Додаток 2

Приклад шаблону для друку аркушів для відповідей кожного учасника

1	1	1	1
1	1	1	1

Заняття «Прості істини: формування навичок мовленнєвого етикету учнів як основа толерантності»

Мета заняття: сформувати алгоритми мовленнєвих взаємодій та навички ефективної міжособистісної взаємодії в різних ситуаціях; подолати бар'єри спілкування, підвищити його ефективність; покращити психологічний клімат у класі; навчитися розуміти один одного, долати конфлікти; сформувати почуття спільності.

Час, необхідний для підготовки: 3 години.

Час, необхідний для проведення: 1 година 30 хвилин.

Допоміжні матеріали: таблички з назвами команд, ручки, аркуші паперу формату А4, картки із завданнями та мовними шаблонами.

Короткий опис ідеї:

Заняття для молодших школярів передбачає тренування навичок різного типу звернень один до одного: висловлювання подяки, вибачення, жалю, компліменту, вітання, прохання, запрошення та привітання.

Мовленнєвий етикет полегшує налагодження конструктивного спілкування. Молодші школярі, які мають достатнього досвіду у вживанні такого роду висловлювань, часто соромляться вибачитися чи сказати комплімент. Завдання полягає в тому, щоб дати школярам набір мовленнєвих конструкцій, придатний кожному за випадку, і можливість потренуватися у використанні.

Хід заняття:

1 Початковий етап: знайомство

Ведучі знайомляться з класом, називаючи свої імена, вік, промовляють головну мету зустрічі: потренуватися у дружньому спілкуванні один з одним. Потім під час гри знайомляться з молодшими школярами: просять стати тих, хто підпадає під певну ознаку. Це приблизно може мати такий вигляд:

Ведучий: «Я займаюся у футбольній секції. Встаньте, будь ласка, ті, хто займається спортом. Я дуже люблю математику. Встаньте, будь ласка, ті, хто схожий на мене. Я щаслива людина. Встаньте ті, хто щасливий» і т.д.

Ознаки вибирають самі ведучі, виходячи зі своїх особистих уподобань. Тут треба звернути увагу, що іноді учні починають один одному вказувати на те, що хтось не повинен був вставати, тому що під цю ознаку не підходить.

Організаторам треба сказати, що тут головною є думка самої людини. Відведений для цього час – 5 хвилин.

2. Поділ на групи та загальний інструктаж

Ведучі ділять клас на групи так, щоб у кожній групі опинилося сім осіб. Дітей просять розрахуватися по днях тижня і пояснюють, що всі понеділки – це одна група, усі вівторки – інша тощо. Учні розсідають за столи з назвою своєї команди. Кожній групі надаються назви активностей, які розкладаються текстом вниз (Додаток 1). На дошці записується алгоритм обговорення у вигляді:

- Хто?
- Коли?
- Де?
- Як?
- Що відчували?
- Що зробив чи сказав інший адресат?

Час – 5 хвилин.

3. Робота в групах: перші кроки

Інструкція для членів групи: «У вас на столах дуже важливі слова – прохання, подяка, вибачення, комплімент, вітання, запрошення, привітання.

За цими словами стоять важливі вчинки. Нехай кожен у групі згадає і розповість іншим, кому ви адресували прохання чи комплімент, дякували чи вибачалися тощо, коли це сталося, де, як ви це зробили, що ви при цьому відчували, що зробив чи сказав той, кого ви зверталися. На дошці ці запитання записані. Коли ви прочитаєте те, що вам дісталось, може здатися, що такого у вашому житті не було. Але це не так. Варто вам зосередитись, як пам'ять вам підкаже цей випадок. Виберіть капітана команди (на це дається 1 хвилина). Майте на увазі, що слово капітана – закон. Ви повинні слухатись капітана.

На чистому листку напишіть зверху, до кого ви зверталися, тобто відповідь на перше запитання. Це можуть бути батьки, бабусі, дідусі, інші родичі, однокласники, вчителі, тренери, просто знайомі чи незнайомі люди. Пишіть не ім'я, а ким є ця людина. У вас є три хвилини, щоб подумати та записати. А потім буде ще 7 хвилин, щоб розповісти про це у команді»

Інструкція для капітанів: «Капітани повинні встановити послідовність вибору важливих слів, потім черговість розповідей і записати у себе на листку ім'я найцікавішого, на їхню думку, оповідача».

Після розповідей у групах автори найцікавіших історій виступають зі своїм повідомленням всього класу. Тут слід зазначити, що капітани можуть мати труднощі з вибором єдиної історії. Тому можна вибрати дві чи три, але їх діти розкажуть уже наприкінці, якщо залишиться час. Про це треба попередити заздалегідь. Цей етап займає 15 хвилин.

4. Робота в групах: другий крок

Після прослуховування повідомлень від кожної команди ведучий каже: «А зараз ви передасте важливі слова капітанові, який їх переверне, перемішає та викладе до центру столу. Члени команди знову візьмуть по одному важливому слову. Алгоритм ваших нових розповідей залишиться тим самим, тільки ви тепер маєте згадати, коли не ви, а вам дякували чи вітали, хто це був, коли це сталося — і далі за планом. У капітана залишаються колишні обов'язки. Не забудьте на своєму листку знову написати, хто це був». Слід нагадувати час.

5. Робота з проблемними ситуаціями

Ведучі під час попередніх етапів обходять команди та відзначають на своїх аркушах, хто був адресатами у першому та другому випадку (Додаток 2). Після закінчення другого кола розповідей ведучі оголошують результати підрахунків. Можна з великою ймовірністю припустити, що адресатів однокласників буде менше.

Ведучі оголошують це класу, потім кажуть наступне: «Приємно дізнатися, що ви вмієте дбайливо ставитися до своїх рідних: тат, мам, бабусь і дідусів. Але також приємно знати, що і в середовищі однокласників ви чините так само. Коли в якомусь класі ми чуємо слова подяки, вибачення, компліменти і так далі, то розуміємо, що тут склалися добрі стосунки, діти тут цікаві один одному, поважають та підтримують один одного, цінують дружбу. Навіть коли у них виникає незрозуміння та конфлікт, справа залагоджується легше, якщо всі звикли вислуховувати інших, вибачатися та дякувати. Чому не скрізь так відбувається?

Далі треба вислухати думку дітей та коротко прокоментувати відповіді.

Ведучі: «Однією із труднощів є відсутність звички говорити ці важливі слова, сором'язливість. Зараз ми з вами потренуємось у дружньому спілкуванні».

Ведучі роздають картки з проблемними ситуаціями кожної групи та варіантами можливих відповідей (Додаток 3).

Інструкція цієї частини заняття така: «Кожна група отримала опис історії та варіанти можливих реакцій на ситуацію. Розіграйте цю ситуацію по колу. Нехай кожен спонукає і до основної ролі, і до допоміжної. По черзі тягніть листочки із підказками. Для цього вам дається 20 хвилин. Після закінчення капітани команд зачитують для інших груп свою ситуацію та підказки»

6. Заключна частина заняття – рефлексія

Для обговорення пропонуються такі питання:

- Що вам найбільше запам'яталося у цьому занятті?
- Чим воно особисто для вас було корисним?
- Чого ви навчилися?

- Якого кольору ваш настрій зараз?
- Висловіть побажання своїй групі.

Додаток 1

Картки з назвами діяльностей

Прохання	Подяка
Привітання	Вибачення
Комплімент	Вітання
Запрошення	

Додаток 2

Рідні, друзі	Однокласники
Мама	
Тато	
Брат	
Сестра	
Бабуся	
Дідусь	
Тітка	
Дядько	

Додаток 3

Ситуація 1. Прохання

Твій сусід (сусідка) по парті штовхає тебе ліктем, коли пише. Це тебе відволікає, і красиво писати в тебе не виходить. Ти йому (їй) кажеш...

Примітка: звертайтеся, будь ласка, до однокласників на ім'я.

Варіанти прохання:

- Будь ласка, якщо тобі не важко.
- Я хотів(ла) попросити тебе...
- Мені хотілося б, щоб ти...
- Будь ласка,
- Ти не міг(ла) би...
- Я тебе дуже прошу.
- Будь другом (будь ласкавий).

Ситуація 2. Вдячність

Ти забув(ла) вдома ручку. Твій однокласник (однокласниця) її тобі позичили. Як можна виявити подяку?

Примітка: звертайтеся, будь ласка, до однокласників на ім'я.

Варіанти подяки:

- Дуже дякую...
- Ти мене дуже врятував(а)...
- Що б я робив(ла) без тебе...
- Ти мені дуже допоміг (допомогла)...
- Дякую за допомогу...
- Твоя допомога дуже доречна...

Ситуація 3. Вибачення

Однокласник (однокласниця) довірив(а) тобі свій секрет. А ти, не подумавши, розказав його іншим. Однокласник (однокласниця) перестав(ла) з тобою розмовляти. Що робити?

Примітка: звертайтеся, будь ласка, до однокласників за іменами

Варіанти вибачень:

- Вибач мені, будь ласка.
- Пробач мені, будь ласка.
- Я дуже винен перед тобою.
- Я був(а) неправий(а)...
- Почуваюся винним (винною) перед тобою.
- Як мені загладити свою провину?
- Я вчинив(а) неправильно, вибач...

Ситуація 4. Комплімент

Твій однокласник (однокласниця) переїжджає до іншого міста. Він трохи нервує через те, що доводиться міняти школу. Ти вирішив його підтримати і сказати кілька компліментів.

Примітка: звертайтеся, будь ласка, до однокласників на ім'я.

Варіанти компліментів:

- Ти дуже добрий друг.
- Твоя посмішка підвищує настрій.
- Ти добра людина.

- З тобою завжди можна порадитись у важких ситуаціях.
- На тебе приємно дивитись.
- Мені подобається в тобі твоя винахідливість.
- Я захоплююсь твоїми здібностями.

Ситуація 5. Вітання

Ти прийшов (прийшла) до школи, зайшов (зайшла) до класу, і тобі треба привітатись зі своїми однокласниками Як?

Примітка: звертайтеся, будь ласка, до однокласників на ім'я.

Варіанти вітань:

- Мої вітання
- Привіт!
- Доброго ранку.
- Привітики!
- Радий тебе бачити.

Ситуація 6. Запрошення

Ти маєш день народження, і ти хочеш запросити однокласників на своє свято.

Як це зробити?

Примітка: звертайтеся, будь ласка, до однокласників на ім'я.

Варіанти запрошень:

- Приходь до мене на день народження.
- Я буду радий бачити тебе у себе в гостях.
- Ти бажаний гість на моєму святі.
- Чекатиму тебе з нетерпінням на моєму святі.
- Приходь до мене повеселитися.
- Запрошую тебе на свій день народження.
- Мені буде дуже приємно, якщо ти прийдеш до мене у гості.

Ситуація 7. Привітання

У однокласника день народження. Усі у класі його вітають, і навіть ти. Ти кажеш...

Примітка: звертайтеся, будь ласка, до однокласників на ім'я.

Варіанти привітань

- Бажаю, щоб збулись всі твої мрії.
- Бажаю тобі не боятися труднощів та долати всі перепони.
- Бажаю тобі підтримки сім'ї та друзів, щоб тебе оточували ті, на кого ти можеш покластися.
- Бажаю тобі більше посміхатися та радіти життю, а також щоб друзі більше посміхалися тобі та радували тебе.
- Бажаю тобі більше приємних сюрпризів, і щоб неприємних зовсім не було.
- Бажаю тобі, щоб кожен день твого життя був щасливим!
- Бажаю тобі хороших оцінок та розуміючих вчителів.

Квест-гра «Загадка емоцій»

Мета заняття: сформувати у дітей уміння краще розуміти та проявляти свої почуття.

Час, необхідний для підготовки: 2–4 години.

Час, необхідний для проведення: 40-50 хвилин.

Допоміжні матеріали: два суміжні, просторі приміщення (наприклад, кабінет та коридор), стільці за кількістю учасників у двох приміщеннях, картки чотирьох емоцій (сум, радість, подив, гнів) за кількістю учасників + дві картки для ведучих (бажано мати однакову кількість карток усіх емоцій), символічне зображення трьох мостів (це можуть бути спортивні мати, килимки, листи ватману, наклеєний на підлогу малярський скотч тощо).

Короткий опис ідеї:

Квест-гра з трьома груповими випробуваннями, спрямованими на підвищення емоційного інтелекту.

План підготовки:

1. Підготувати роздаткові матеріали.
2. Підготувати символічне позначення мостів.
3. Підготувати ведучих та хранителів: переконатися, що організатори розуміють основи теорії емоцій, вміють промовляти свої почуття та знають різні способи вираження емоцій.
4. Прорепетирувати сценарій.
5. Підготувати приміщення: звільнити простір, розставити стільці, розташувати «мости»

Хід гри

Задіяні 3 ведучих та 3 помічники.

1. Початок гри – об'єднання в групи

Діти входять до кабінету, де по периметру розставлені стільці. На вході вони витягують із мішечка картку з піктограмою однієї з емоцій, яку нікому не показують. Діти розсідають на стільці.

Ведучий 1: «Діти, ми з вами потрапили до чарівної історії. Називається вона "Загадка емоцій". Розгадавши всі три загадки, ми станемо знавцями емоцій».

Ведучий 2: У кожного з вас є секретна емоція. Але ви, звичайно, не самотні. Зараз, коли заграє музика, ви зобразите свою емоцію, але вам не

можна її називати. Постарайтеся знайти однокласників з такою самою емоцією і об'єднатися в групу».

Грає музика, діти рухаються кабінетом і об'єднуються в групи з емоцій. Ведучі та помічники допомагають тим дітям, які мають труднощі з визначенням та вираженням емоції, знайти свою групу. Коли всі діти об'єдналися у групи, музику вимикають. Бажано вкластися в 5-7 хвилин.

2. Перший етап-подання емоцій

Ведучий 3: «Які ви молодці, що знайшли один одного і об'єдналися в команди! Давайте тепер уявимо емоцію кожної команди».

Команди по черзі представляють свою емоцію, а решта дітей здогадується. Коли всі емоції відгадані, переходять до наступного завдання.

3. Другий етап – обмін емоціями

Ведучий 1: «Перша загадка розгадана, і ми рухаємось далі. Зараз знову зазвучить музика, і ви обмінюватиметеся емоціями. Підійдіть до будь-якого однокласника, візьміться за руки, подивіться один одному у вічі. По черзі покажіть свою емоцію, а потім скопіюйте емоцію іншого. Як тільки у вас вдасться показати емоцію добре, ви обмінюєтеся картками. Далі ви покажете вже цю нову емоцію.

ВАЖЛИВО! Обов'язково взятися за руки – це зафіксує пару. Подивитися в очі – це допоможе встановити контакт. Показати, що пара змінюється емоціями на обличчях та на картках».

Ведучі показують, як відбувається обмін емоціями. Вмикається музика, діти виконують завдання. На завдання приділяється до 5 хвилин.

Ведучий 2: «Молодці. Ви спробували різні емоції. Так само й у житті, у нас бувають різні емоції. Усі вони нам потрібні та корисні».

4. Третій етап – мости

Ведучий 3: «Виявляти емоції можна по-різному. У нас попереду остання загадка — три чарівні мости. Кожен міст присвячений одній емоції. Вам потрібно буде показати цю емоцію та відповісти на запитання Хранителя мосту».

Мости розташовуються в коридорі чи сусідній кімнаті. Перший ведучий залишається з дітьми у тій кімнаті, де вони були. Другий ведучий переходить у приміщення з мостами та зустрічає тих, хто мости пройшов. Третій ведучий супроводжує дітей, доки вони проходять мости.

Помічники стають Хранителями мостів.

1 – МІСТ ЗЛОСТІ

Хранитель мосту: «Це Міст Злості. Покажи, як ти показуєш злість. Що ти зробиш, якщо хтось тебе дуже розлютить? А як ще можна показати злість?»

Учасники показують та відповідають.

ВАЖЛИВО! Помічники звертають увагу учасників на соціально прийнятні способи вияву агресії, які не шкодять оточуючим.

2 — МІСТ СМУТКУ

Хранитель мосту: «Це Міст МУТКУ. Покажи, як ти показуєш смуток. З ким ти поділишся сумом? А з ким ще? А з ким у класі? Як тобі допомогти, коли ти сумуєш? Учасники показують та відповідають.

ВАЖЛИВО! Помічники звертають увагу учасників на показ емоцій та вміння звернутися за допомогою та підтримкою.

3 – МІСТ РАДОСТІ

Хранитель мосту: «Це Міст Радості. Покажи, як показуєш радість. З ким ти поділиш радість? А з ким ще? А з ким у класі? Поділися своєю радістю з однокласниками: ти пройшов останнє випробування та розгадав загадку емоцій!»

ВАЖЛИВО! Помічники звертають увагу учасників на спільне переживання та вираження радості — Хранитель мосту активно висловлює радість разом із дитиною. Ведучий допомагає з відповідями на запитання Хранителя мостів, якщо дітям складно і якщо вони просять допомоги.

Ведучі в кімнатах розмовляють із дітьми, допомагаючи скоротити очікування. Добре, якщо вони пограють у короткі ігри на емоції, наприклад, «Глухий телефон», тільки замість слів показуються емоції, або «їстівне — неїстівне», але замість їжі — емоції та ситуації.

5. Завершення – емоційна рефлексія

Коли всі діти пройдуть мости, вони повертаються до кімнати та розсідають у коло або по периметру.

Ведучий 1: Ви дуже дружний клас, ви разом розгадали загадки емоцій. Поділіться своїми емоціями від нашого квесту». Діти по черзі діляться емоціями.

Заняття «Один, два – разом»

Мета заняття: розширення знань про друга, про дружбу, формування вміння дружити, берегти дружбу, спілкуватися в колективі, розвиток дружніх відносин доброзичливості, поваги один до одного.

Час, необхідний для підготовки: 1 день.

Час, необхідний для проведення: 40 хвилин.

Допоміжні матеріали: ноутбук, проектор, екран, аркуші паперу А4, кольорові олівці.

Короткий опис ідеї:

Заняття націлене на згуртування колективу однокласників. Завдання – показати яку роль грають у нашому житті друзі, якими якостями повинен володіти справжній друг, а також виховувати ввічливість і прагнення дружити з однокласниками.

План підготовки:

1. Підбір та перегляд учнями 9 класу мультиплікаційних фільмів на тему дружби.
2. Підготовка шаблонів-яблук з правилами дружби для «Дерева дружби».

Хід заняття:

1. Перегляд та обговорення першого мультфільму

Ведучий: «Доброго дня, діти. Щоб дізнатися, про що говоритимемо на занятті сьогодні, я пропоную вам подивитися мультиплікаційний фільм "Динозаврик, (https://www.youtube.com/watch?v=S4rw4lodh_E) що мріяв про друзів"».

Учасники дивляться мультфільм.

Потім ведучий по черзі ставить запитання та слухає відповіді дітей:

- Про що цей мультфільм?
- Про що ми сьогодні говоритимемо на занятті? (Про друзів та про дружбу)
- Чи знаєте ви, що таке дружба?
- А у нас у класі були такі ситуації, як у мультфільмі «Динозаврик, що мріяв про друзів»?
- Яку пораду дають герої мультфільму?
- Кого можна назвати справжнім другом?

2. Перегляд та обговорення другого мультфільму

Ведучий пропонує переглянути мультиплікаційний фільм «Струмочок», (<https://www.youtube.com/watch?v=en02cBa6wMs>) а потім проводить обговорення:

- Про що цей мультфільм?
- Струмочок зрозумів, що поведився неправильно?
- Хто йому у цьому допоміг?

3. Фізкультхвилинка «Наші друзі»

Ведучий: «Дітки, а чи любите ви працювати? Як ви думаєте, працювати краще одному чи разом із друзями?»

Діти відповідають.

4. Перегляд та обговорення третього мультфільму

Ведучий пропонує подивитися мультиплікаційний фільм «Мотузки» (<https://www.youtube.com/watch?v=29nCUMEdFFs>), а потім проводить обговорення:

- Про що цей мультфільм?
- Назвіть позитивних героїв.
- Назвіть негативних героїв.
- Хто ж все-таки допоміг головному герою у скрутній ситуації?

5. Вправа «Яблунька дружби»

Заздалегідь готуються картки у формі яблук із написаними ними законами дружби: довіряти другу, ділитися новинами, успіхами чи невдачами; радіти з другом його успіхам; вміти зберігати таємниці; пропонувати допомогу; захищати друга; робити так, щоб другові було добре у твоєму суспільстві; завжди виконувати свої обіцянки; поважати право друга мати та інших друзів. Ці картки кріпляться до дошки.

Ведучий: «Діти, а ви знаєте, що є десять законів дружби? Кожен закон ми записали на яблучках. Вам треба їх прочитати, запам'ятати та прикріпити до нашої яблуньки».

Діти по черзі виходять до дошки, читають правило, записане на яблучку, та прикріплюють до заздалегідь заготовленого дерева.

Ведучий: «Які з цих правил ви вже виконуєте? А яким правилам ви хотіли б навчитися?»

Діти відповідають.

6. Завершення заняття

Ведучий: «На цьому наше заняття добігло кінця. Хочеться його закінчити пісенькою "Про дружбу" з мультфільму

(<https://www.youtube.com/watch?v=uATtdMmtS00>)

Акція «Дерево умінь»

Мета акції: мобілізація навичок та ресурсів, отримання позитивного зворотного зв'язку, розширення позитивних уявлень про себе та оточуючих людей, згуртування колективу

Час, необхідний для підготовки:

Підготовка проводиться у два етапи.

Перший етап – методичний, спрямований на підготовку організаторів. Загалом вся підготовка займає від 40 хвилин до години.

Другий етап – організаційний. Потрібно заздалегідь підготувати малюнок дерева та його плодів (яблуна та вирізані заздалегідь різнокольорові та чорно-білі яблука; перед Новим роком можна замінити на ялинку та кульки). Термін підготовки на цьому етапі залежить від кількості учнів та темпу їхньої діяльності, середній час – 2 години.

Час, необхідний проведення: загальношкільна акція проводиться змінах протягом усього дня.

Допоміжні матеріали: ватман, фарби, пензлики, кольоровий папір, ножиці, ручки, фломастери, клей-олівець (мінімум 4 шт.).

Короткий опис ідеї:

У холі школи вішається ватман із зображенням дерева. Учням та педагогам пропонується вибрати одне паперове яблуко із заздалегідь підготовлених і написати на ньому те, що в нього добре виходить, у чому він успішний, якими своїми навичками він пишається. Після того, як учень пише своє вміння на яблуку, яблуко клеїться на яблуню в будь-яке вільне місце. Важливо: яблука нічого не винні закривати одне одного, не можна переміщати чужі яблука. Учні та педагоги можуть підходити та читати чужі написи, обмінюватися враженнями.

План підготовки:

1. Вибір організаторів, які проводитимуть методику. Можна взяти учнів старших класів, розділити їх на кілька команд: художники-дизайнери та ведучі. Найкраще цей етап проводити як мінімум за тиждень до акції.

2. Підготовка ведучих. Тренінг навичок розпитування та допомоги учням, які можуть виникати труднощі.

3. Підготовка. Виготовлення реквізиту. Домовленість з адміністрацією про час та місце проведення акції. Інформування освітян.

4. Проведення акції.

5. Аналіз та рефлексія. Підбиття підсумків акції, отримання зворотного зв'язку. Підготовка звіту про акцію.

Хід акції

Ця активність частково базується на наративній методиці «Дерево життя», але використовується лише та частина методики, яка стосується ресурсів людини. Крім того, акція адаптована під масове використання і ставить за мету згуртування колективу (оскільки всі вішають свої плоди на одне дерево).

1. Етап підготовки

На першому етапі вибирається команда учнів-організаторів. Це може бути цілий клас або учні з кількох класів, які пройшли програму профілактики цькування у школі.

Організаторів можна поділити на кілька команд. Одна команда може займатися оформленням та організаційною підготовкою акції, інша команда чи команди можуть бути ведучими акції (якщо організаторів багато, можна влаштувати чергування: одна команда проводить перед уроками та на першій зміні, інша команда — на другій, третя команда — після уроків тощо). Важливо, щоб у команді ведучих було щонайменше 4 особи.

Організатори знайомляться з описом акції та обговорюють, вносять свої корективи та пропозиції, розподіляють завдання та ролі.

Обговорюється ситуація, в якій учень відмовиться писати що-небудь на яблуку, тому що він нічого не вміє або в нього нічого не виходить. Педагог розпитує школярів-організаторів, чи буває таке, щоб у людини взагалі нічого не вийшло і як можна дізнатися в учня, що в нього виходить добре.

Педагог проводить для організаторів міні-тренінг з метою формування навичок позитивного розпитування (питання репетирують заздалегідь, наприклад: «Що в тебе добре виходить?», «У чому ти успішний?», «Що тобі подобається робити?», «Може бути, за останній рік ти навчився чогось нового?», «Що ти любиш робити у вільний час?»). Це можуть бути як конкретні вміння («Краще за всіх готую яєчню»), так і абстрактні («Краще за всіх вмію слухати вчителі на уроці»), не обов'язково пов'язані зі школою. Ніякої перевірки навичок не потрібно.

Важливо попередити хлопців, що не буває поганих або хороших навичок («Я найкраще граю в комп'ютерну гру», «Я найбільше дивлюся ролики на YouTube» — навички, які мають право на існування), однак ми орієнтуємося на корисні навички та поважне ставлення один до одного, тому навик «Я найкраще називаю Сашка дурнем» вимагає обговорення з автором та пошуку альтернативних навичок.

Також важливою є організаційна підготовка — не лише підготовка реквізиту у вигляді дерева та його плодів, а й узгодження з адміністрацією часу та місця проведення акції. Також слід попередити педагогів, що учні організатори через проведення акції можуть затримуватися до початку уроків і бути зайнятими на перерві, і попросити їх поставитися до цього з розумінням.

2. Етап проведення

Учні-організатори пропонують (використовуючи навички розпитування) всім учням школи та педагогам вибрати одне з яблук, написати на ньому щось, що у них добре виходить (або що їм подобається робити), і приклеїти до дерева.

Добре, якщо діти-організатори самі першими приклеять свої фрукти, щоб подати приклад оточуючим. Якщо організатори бачать, що комусь складно вигадати, що саме писати на яблуках, вони можуть скористатися навичками розпитування та допомогти людині знайти або вибрати щось, що в нього добре виходить.

Важливо активно запрошувати вчителів до участі у акції.

Важливо стежити, щоб у фруктах не з'являлися нецензурні чи образливі написи, учні не клеїли свої фрукти поверх чужих фруктів, висловлювання на фруктах мали поважний тон, без образ та цькувань.

Учням молодшої школи, особливо перших класів, може знадобитися допомога написання своїх навичок.

Якщо хтось хоче намалювати і вирізати свій фрукт — йому можна дати таку можливість, але за умови дотримання відповідального відношення (його фрукт не повинен бути втричі більшим за інших і займати все місце на ватмані).

Якщо один учень хоче наклеїти кілька фруктів, важливо попросити виділити один, найголовніший; якщо це складно зробити, можна попросити наклеїти їх один на одного.

За бажання учень може підписати свій фрукт чи залишити анонімним. Не забороняється вивчати та фотографувати дерево та чужі фрукти.

3. Етап підбиття підсумків

Наприкінці дня в учнів-організаторів збираємо на зворотний зв'язок — які складнощі вони помічали, з чим було складно, а що надихало й тішило, чи вони дізналися щось нове про людей, з якими навчаються в одній школі, чи було щось, що їм особливо запам'яталося.

Організатори можуть проаналізувати, скільки всього яблук було приклеєно на дерево, які навички, можливо, зустрічалися частіше за інших, а який найнезвичайніший, і написати за підсумками акції звіт, який можна буде повісити на дошку оголошень.

Настільна гра «Чарівна подорож»

Мета гри: сформувати у дітей більше знань про їх почуття та вчинки, сформувати у них вміння розуміти інших людей, побачити, як важливо те, що ми робимо, відповідати за свої вчинки, вчитися говорити так, щоб всім було зрозуміло, ставати дружніми і згуртованими.

Час, необхідний для підготовки: 3 дні для опрацювання гри.

Час, необхідний для проведення: 1 год.

Допоміжні матеріали: окреме приміщення для проведення гри, саме поле гри (ватман, олівці, фарби), картки із заготовленими питаннями та проблемними ситуаціями, листи ватману, стікери, олівці та ручки за кількістю учасників, проектор для комп'ютерної версії, фотографії відомих людей.

Короткий опис ідеї:

Проведення у молодшому класі школи настільної гри «Чарівна подорож».

План підготовки:

1. Намалювати поле гри із базовими областями.
2. Приготувати заздалегідь картки з питаннями та описом проблемних ситуацій.
3. Підготувати «цеглинки» для побудови замка.
4. Надрукувати фотографії відомих людей.

Хід гри

1. Початок гри. Море Образ

Ведучий збирає клас і пропонує зіграти в настільну і гру-подорож: «Зараз ваш клас вирушить у подорож цією картою! Давайте уважно подивимося, куди ми потрапляємо на початку гри. Не встигли ви рушити, як на вас напали розбійники і взяли Вас у заручники. Ви потрапили на Острів Розпачу у Морі Образ. Щоб вирватися, вам необхідно зібратися та відповісти на кілька питань. Готові?» Дітям пропонується відповісти на запитання, написані на заздалегідь заготовлених картках:

- Чому в класі виникають образи?
- Як часто в цьому винен саме ти? Згадай кілька ситуацій.
- Яким чином можна виправити такі ситуації?

При відповіді діти можуть вибирати картки, у яких будуть написані почуття/стану/ситуації, відповідні до змісту.

2. *Гори Нерозуміння*

Ведучий: «Чудово! Ви змогли вирватися з лап розбійників та потрапити на материк! Але тут вас зустрічає нова небезпека – Гори Нерозуміння. Щоб

звідси вирватися, вам потрібно розділитись на чотири групи і кожній групі придумати 5–6 фраз, які допоможуть побудувати діалог та переконатися в тому, що ви розумієте співрозмовника (або 5–6 ввічливих фраз, які допоможуть у спілкуванні)».

Ведучий роздає кожній групі лист, на якому записує свої варіанти. Після групи по черзі зачитують свої фрази, всі вони записуються ведучим на великому ватмані і обговорюються групою.

3. Озеро Надій

Ведучий: «Чудово спрацьовано! Ви підкорили Гори Нерозуміння! Ви рухаєтеся далі. Ви довго блукали, і ось нарешті вийшли до прекрасного Озера Надій. Це Озеро чарівне, воно допомагає виконувати бажання. Але не будь-які, а тільки ті, що пов'язані з вашим класом. Подумайте і запишіть, які п'ять найпотаємніших бажань ви хотіли б виконати (тільки ті, що пов'язані з усім класом, а не з двома-трьома людьми)».

Ці бажання ведучий записує на ватман, по ходу задаючи питання, наприклад: «Що заважає здійснити це бажання?», «Чи можете ви зробити так, щоб бажання стало реальністю?», «Що заважає його здійсненню?»

4. Скелі Бездіяльності

Ведучий: «Отже, ми залишаємо наше прекрасне Озеро і рухаємось далі. Але раптом на заваді виникає нова небезпека — це Скелі Бездіяльності. Вони нічим не виділяються і здаються цілком невинними, але це лише на перший погляд. Насправді вони дуже небезпечні: ваблять усіх мандрівників і змушують блукати в їхніх нетрях, не даючи нікому проявити активність і вибратися. Щоб їх покинути, доведеться чимало попрацювати!

Ведучий зачитує питання на заготовлених картках, а діти відповідають.

Приклади запитань:

- Чи завжди бездіяльність – це добре? Чи завжди погано?

Наведіть приклади.

- Згадайте ситуації, де ви могли б проявити активність, щось зробити (що саме?), але не зробили.

Ведучий розповідає про те, що в житті бувають ситуації, коли не можна промовчати, пройти повз, зробити вигляд, що не помітив. Він каже, що від нашої дії чи бездіяльності можуть залежати й інші люди та розвиток ситуації. Наводяться приклади булінгу з фільму. Ведучий ділить клас на групи, кожна з груп отримує проблемну картку з питанням та готує на неї відповідь. Відповіді згодом записуються на ватман.

Проблемні ситуації:

- Як можна вчинити в ситуації, якщо бачиш, що в коридорі / за рогом / у їдальні / на перерві хтось когось ображає, б'є, залякує, загрожує, змушує, примушує?

5. Пустеля самотності

Ведучий: «Ви чудово впоралися зі страшними скелями. Рухаємось далі! Тепер карта привела вас до Пустелі Самотності. Зибучі піски цієї Пустелі можуть засмоктати і не відпустити мандрівників. Будьте обережні! Щоб із них вибратися, потрібно відповісти на запитання».

Робота із картками. Фронтальне опитування групи:

- Чи завжди самотність – це погано?
- Чи буває добре на самоті? А погано?
- Як зрозуміти, що людина самотня і їй від цього погано?
- Як вона діє, працює, спілкується?
- Чи продуктивна така людина?

Ведучий пропонує припустити, якою може бути самотня людина. Проводиться робота з роздрукованими фотографіями різних людей. Можна підібрати різних діячів науки, мистецтва, культури, винахідників, мандрівників, словом, людей з різних областей, різних за зовнішністю, статтю, расі і т. д. Запропонувати дітям поміркувати, якою б людиною могла бути та, хто зображений на фото. А потім коротко розповісти про нього.

Ведучий: «Як можна допомогти людині позбутися самотності? Запропонуйте варіанти взаємодії з ним».

6. Лицарі Сили

Ведучий: «Ура! Ви чудово справляєтеся із запропонованими обставинами! Цього разу вам пощастило: ви зустріли відважних рицарів. Вони вкажуть вам дорогу і допоможуть швидше дістатися замку. Лицарі Сили вважають, що кожен з нас має позитивні якості, у кожному обов'язково є щось гарне. Але ми про це часто забуваємо або просто боїмося сказати. Щоб говорити одне одному щось добре, теж потрібні сили. Давайте зараз побудемо лицарями і знайдемо в собі сили сказати одне одному добре!»

Кожен учасник отримує листок А4, на якому малює свій герб, ділить його на чотири частини, підписує нагорі посередині. Всі діти діляться на четвірки, передають за годинниковою стрілкою свої герби та пишуть в одній із частин комплімент власнику цього герба.

7. Замок Мрії

Ведучий: «Чудово! Які у всіх вийшли чудові, а головне, позитивні герби! Вам лишилося пройти ще трохи. Ось ви й потрапили до Замку Мрії. Це замок, в якому вам буде комфортно як класу, це ваш ідеальний клас. Щоб його побудувати, вам потрібно вибрати і скласти ті цеглинки, з яких повинен складатися ваш клас, ваш Замок. Чи є такі якості у вашому класі зараз? Яких цеглинок вам бракує? Що можна і потрібно зробити, щоб ваш клас став таким, як на картинці?

8. Підбиття підсумків

Ведучий обговорює з дітьми, щоб вони дізналися, як робитимуть у тих чи інших ситуаціях, як ставитися до людей і що потрібно зробити, щоб побудувати клас мрії.

Виховна година «Ділова гра «Переселенці»

Мета такої позаурочної діяльності полягає у всебічному розвитку особистості дитини через залучення її до соціально значущих проєктів, розвиток інформаційної грамотності та критичного мислення, а також зміцнення партнерських відносин між школою, дитиною та сім'єю.

Час, необхідний для підготовки: 2–3 години (кілька підготовчих зустрічей).

Час, необхідний для проведення: 45 хвилин для проведення заняття з класом + 45 хвилин для підведення підсумків.

Допоміжні матеріали: ручки, папір, будь-які матеріали, які дозволять молодшим школярам створити образ мандрівників-переселенців на новій землі; Загальна декларація прав людини, Конституція, нормативні акти, самостійно знайдені учнями.

План підготовки:

1. Створення ігрової проблемної ситуації. На цьому етапі педагог готує необхідні матеріали, створює ігрову проблемну ситуацію.

Організатори діляться на чотири групи, кожна з них — переселенці, які освоюють нові землі, де поки що немає ні правових норм, ні законів. До завдань кожної групи входить створення законів, які максимально відповідають уявленням про мораль і спрямовані на мінімізацію ризиків проявів булінгу, які мають бути гарантовані у новій «країні».

Перша група займається розробкою законів, спрямованих на запобігання цькування за етнічною, мовною ознакою.

Друга група займається розробкою законів, спрямованих на запобігання цькування за соціальною, матеріальною ознакою.

Третя група займається розробкою законів, спрямованих на запобігання цькування за релігійною ознакою.

Четверта група займається розробкою законів, вкладених у запобігання цькування виходячи з місця роботи батьків.

Згодом підготовка «законів» здійснюється організаторами спільно з молодшими школярами, які також поділяються на чотири групи переселенців. У завдання організаторів входить підготовка питань для організації дискусії. У завдання педагога-організатора входить підготовка питань для рефлексії/саморефлексії.

3. Хід гри – «проживання» проблемної ситуації в її ігровому втіленні, розгортання ігрового сюжету.

4. Підбиття підсумків ігрової діяльності, самооцінка дій.

5. Обговорення та аналіз результатів ігрової діяльності.

Хід гри

1. Вступ

Ведучий: «Доброго дня, діти. Сьогодні ми зібралися з вами, щоб обговорити важливу та дуже цікаву тему. Вдома ви повинні були підготувати зведення законів, спрямованих на запобігання будь-яким проявам булінгу у відкритій нами сьогодні новій «країні».

2. Презентації та дискусія

На цьому етапі здійснюється презентація підготовлених законів, порівнюються права, подані в них, відбираються найбільш значущі, що відповідають моральним уявленням. Необхідно проаналізувати подані права та порівняти їх із правами, проголошеними у Загальній декларації з прав людини, Конституції та інших нормативних актах.

Обговорення кожного закону супроводжується дискусією, спрямованою на формування толерантності, системи уявлень про неможливість проявів булінгу на підставі будь-яких причин.

Приклади запитань:

- Чи траплялося тобі в житті брати участь у процесі булінгу по тим чи іншим причинам? (Варіанти відповідей:
 - а. Ні, я ніколи в такому не брав участі, для мене будь-які прояви насильства є неприйнятними.
 - б. Було таке, але потім я дуже шкодував.
 - в. Було таке, але в ситуації, що склалася, це було виправдано.)
- Чи відчував ти тиск з боку однолітків чи дітей старшого віку щодо професії чи роду занять твоїх батьків, щодо етнічної, мовної, релігійної ознак?
- Чи стикався хтось із твоїх друзів із проявами цькування на підставі будь-яких ознак?
- Згадай, як ти та твої друзі реагували на прояви насильства. Опиши свої почуття.
- Як ти вважаєш, що потрібно зробити, щоб подібні випадки не повторювалися з тобою?
- Як ти вважаєш, що потрібно зробити, щоб подібні випадки не повторювалися у новій «країні», у новому класі? Аргументуй свою думку.

3. Створення пам'ятки

За підсумками гри створюється пам'ятка - зведення законів, прийнятих у класі і спрямованих на запобігання цькування на підставі будь-яких підстав.

До пам'ятки обов'язково повинні бути включені такі положення:

- 1) Я маю право бути прийнятим як рівний, незалежно від статі, расової та національної приналежності.
- 2) Я маю право відчувати повагу до себе.
- 3) Я маю право бути вислуханим і прийнятим всерйоз.
- 4) Я маю право мати свою думку.
- 5) Я маю право дотримуватися певних політичних поглядів.
- 6) Я маю право робити помилки.

Вказані пункти мають бути доповнені «законами», спрямованими на запобігання цькуванню в класі, виявленими у процесі дискусії.

4. Рефлексія з учасниками

На цьому етапі роботи організатори проводять рефлексивне обговорення із молодшими школярами. Запитання:

- Яка роль була відведена тобі у грі?
- Що тобі сподобалося та не сподобалося під час проведення гри?
- Які труднощі ти відчував під час гри?
- Чого ти навчився під час гри?

5. Обговорення та аналіз ходу та результатів ігрової діяльності

На даному етапі здійснюється обговорення результатів ігрової діяльності, остаточне оформлення «зводу законів» – пам'ятки. Крім того, визначаються подальші напрямки антибулінгової діяльності. Як основні напрямки можуть бути запропоновані такі:

- Я став жертвою цькування: що робити? Розробка алгоритму дій.
- Я став свідком цькування: що робити? Розробка алгоритму дій.

Тренінг, групова дискусія «Як допомогти ... буллеру?»

Мета заняття: сформувати у дітей розуміння суті поняття булінг та його наслідків; сформувати вміння ідентифікувати різні ролі в конфлікті (жертви, агресора, спостерігача); вміння конструктивно вирішувати конфліктні ситуації; розвинути погану до інших людей та їх поглядів; підтримувати ініціативи та ідеї однолітків.

Час, необхідний для проведення: 1 година 30 хвилин

Допоміжні матеріали: відеоролик (флешка+ноутбук або хмарне сховище), ноутбук та проектор для демонстрації ролика на екрані, стільці за кількістю учасників, роздаткові матеріали.

План підготовки:

1. Технічна підготовка (не менше ніж за день до початку заняття), підготовка приміщення (не менш як за годину до початку).
2. Проведення заняття, включаючи рефлексію.
3. Супервізія для ведучих. В ідеалі — того ж дня після заняття, максимум не пізніше тижня після заняття.
4. Вибір та скачування відеоролика, що відповідає віку цільової аудиторії. З ведучими необхідно спочатку самостійно переглянути та обговорити матеріал.

Проведення заняття:

Учасники розташовуються на стільцях, розставлених довкола. Ведучі говорять вітальне слово, озвучують правила поведінки на тренінгу. Відбувається налаштування на роботу. Перед переглядом ролика озвучується інструкція. Після перегляду ролика учасники об'єднуються у групи за ролями: «Потерпілий» («Жертва»), «Кривдник» («Буллер»), «Послідовник», «Байдужий спостерігач», «Захисник». Проводиться обговорення у міні-групах, потім обговорення у загальній групі, підбиття підсумків та рефлексія.

Інструкція перед переглядом ролика:

- Дивитись уважно весь ролик від початку до кінця.
- Звертати увагу на поведінку персонажів, почуття та емоції, на те, що відбувається навколо персонажа, як розвивається конфлікт (з чого почалося, що було далі, ніж закінчилося), на свої власні почуття та емоції (що ви відчуваєте, дивлячись на героїв).

Запитання для обговорення в міні-групах:

- Опишіть ситуацію. Що відбувалося?
- Як почував себе ваш(и) персонаж(и)? Що він(і) відчував по відношенню до інших учасників ситуації?

- що робив(и) ваш(і) персонаж(и)? Що відбувалося внаслідок такої поведінки?
- Що потрібно зробити, які дії зробити, щоб ситуація покращилася?

Ведучі стежать за процесом, за необхідності допомагають учасникам групи в обговоренні, задають навідні питання, спрямовують перебіг обговорення тощо.

Запитання для обговорення у загальній групі:

- Опишіть ситуацію. Що відбувалося?
- Опишіть бачення ситуації від вашого персонажа.

Важливо вислухати відповіді одного чи кількох представників кожної міні-групи по черзі. Останнім ведучі просять виступити представників ролі «Буллера».

Додаткова інструкція для ведучих (теми для обговорення у групі, особливості ролі «Кривдники», взаємодія з усіма учасниками тренінгу):

- Чи знайомі вам такі ситуації, коли хтось погано поводить себе?
- Як ви почуваетесь в цих ситуаціях?
- Як ви думаєте, чому кривдник (буллер) так поводить себе? Які причини такої поведінки?

Ведучі спрямовують хід обговорення убік від засудження буллера до розуміння глибинних причин «поганого» поведінки (люди «погано» поведуться не просто так).

Ведучі обговорюють із учасниками:

- соціально несхвалені, але значущі для суспільства ролі («роль-привиди»): роль «цапа-відбувайла», роль протестувальника, роль боягузливої людини, роль маргіналу, роль жертви;
- багатогранність людини та прояв різних граней особистості (почуття, переконання, цінності, якості, риси характеру, потреби, мотиви, рішення, вчинки, думки, ролі, емоції, фізичний стан, зовнішність тощо) як невід'ємні частини єдиного цілого.

Після цього ведучі проводять обговорення з питань:

- Як ви вважаєте, що можна зробити, щоб допомогти булеру?
- Як ви вважаєте, якщо в цій ситуації ставитися до кривдника тільки з обвинувальної позиції, чи вдасться змінити ситуацію принципово?
- Як знайти таке рішення, за якого всі учасники ситуації будуть почуватися добре?

На завершення заняття підбиваються підсумки і проводиться рефлексія.
Після заняття проводиться прибирання приміщення.