

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**  
Педагогічний факультет  
Кафедра педагогіки та психології дошкільної та початкової освіти

**«Пропедевтика булінгу молодших школярів в умовах цифрового суспільства»**

Кваліфікаційна робота (проект)

на здобуття ступеня вищої освіти «магістр»

Виконав: здобувач (ка) 211 М групи

Спеціальності 013 Початкова освіта

Освітньо-професійної (наукової)

програми Початкова освіта

Шахова Анастасія Олександрівна

Керівник док.пед.н., професорка Петухова

Любов Євгенівна

Рецензент Омельчук С.В.

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b> .....	2
<b>РОЗДІЛ 1. Теоретичні основи пропедевтики булінгу молодших школярів в умовах цифрового суспільства</b>	5
1.1. Ключові дефініції дослідження булінгу молодших школярів	5
1.2. Характерологічні особливості булінгу в початковій школі	8
1.3. Мета та завдання пропедевтики булінгу молодших школярів в умовах цифрового суспільства. Досвід латвійської школи в попередженні булінгу	14
<b>РОЗДІЛ 2. Система експериментальних заходів щодо пропедевтики булінгу в початковій школі</b>	21
2.1. Організаційно-педагогічні умови пропедевтики булінгу молодших школярів в умовах цифрового суспільства	21
2.2. Аналіз результатів вивчення булінг-позиції молодших школярів.	24
2.3. Діяльнісна складова та використання методик пропедевтики булінгу молодших школярів в умовах цифрового суспільства	29
<b>ВИСНОВКИ</b> .....	40
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b> .....	43
<b>ДОДАТКИ</b>	
Додаток А .....	
Додаток Б .....	

## ВСТУП

**Актуальність дослідження.** На даний час все частіше вчителі початкових класів стикаються під час роботи з погрозами, насмішками, цькуванням, агресією та насильством між учнями у дитячому колективі.

В умовах цифровізації суспільства соціалізація дітей та підлітків як цільове завдання освітньої організації має особливе значення у зв'язку із залученням Інтернету та соціальних мереж у освітній процес школи. Цифрове середовище, з одного боку, має унікальний потенціал забезпечення рівних можливостей для отримання доступної та якісної освіти, вільної вибору особистістю навчальних курсів, як нашої країні, і там. З іншого боку, Інтернет та соціальні мережі є простором, де агресивна поведінка проявляється у новому вигляді шкільного насильства – кібербулінгу.

Сьогодні проблема агресивної поведінки дітей в школі набуває все більшої актуальності. Історії про знущання серед учнів показують по телебаченню, про них пишуть в журналах і газетах, їх обговорюють в Інтернеті. Це викликає тривогу, занепокоєння в суспільстві, в школі, в класі, в сім'ї і, безумовно, у психологів, які працюють в школах. Діти приходять у школу не тільки, щоб отримувати знання, вони також навчаються взаємодіяти один з одним.

В школі дитина отримує багатий досвід спілкування, ґрунтуючись на який, робить висновки про те, як влаштований світ, чого чекати від інших людей і чого чекають від нього оточуючі. Як залишатися самим собою; як не боятися відрізнятись від інших, мати свою власну думку і вміти відстояти її; як не стати об'єктом насмішок і знущань, і при цьому вміти проявляти іноді

свою слабкість, вразливість і не перестати довірять людям; як безпечно пройти через всі ці випробування. Не для всіх цей шлях буде легким, деякі пройдуть крізь цькування, залякування, образи, приниження. Дехто з дітей навчиться справлятися з ситуацією і стане більш стійким і сильним, а хтось змушений буде довгий час долати наслідки отриманої психологічної травми. Саме цими факторами визначається актуальність обраної теми.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Над проблемою булінгу сьогодні працюють не тільки педагоги і психологи, а й медики, юристи, соціологи. У працях таких зарубіжних вчених як Д.Корнелла, К.Кампулаена, Д.Хей, Р.Лоубера, Х.Лейманна, Д.Ольвеуса, Т.Моффіта висвітлено теоретико-методологічні засади поняття булінг. Проблемі насильства, зокрема агресії у дитячому середовищі, присвячені роботи О. Ожиєвої, В. Петросянца, С. Кривцової, О. Біляєвої, С. Крутової, І. Сидорчук. Над соціально-педагогічними умовами пропедевтики та профілактики насильства працювали такі науковці –

Т. Вовчок, Н. Степури, І. Даниленко, Є. Дубровської, М. Ясеновської, О. Дроздова та інших.

Зазначене коло наукових питань зумовило вибір теми магістерської роботи: «Пропедевтика булінгу молодших школярів в умовах цифрового суспільства».

**Об'єкт дослідження:** психологічні та фізичні види насильства молодших школярів.

**Предмет дослідження:** зміст, форми і методи, що спрямовані на пропедевтику булінгу молодших школярів в умовах цифрового суспільства.

**Мета дослідження:** розробити, теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити програму діяльності педагога, яка є складовою пропедевтики булінгу молодших школярів в умовах цифрового суспільства.

### **Завдання дослідження:**

- розкрити змістову сутність поняття «булінг молодших школярів»;
- визначити організаційно-педагогічні умови, що забезпечують пропедевтику булінгу;
- проаналізувати результати вивчення булінг-позиції у молодших школярів;
- розробити зміст, форми і методи діяльності педагога, спрямованих на пропедевтику булінгу в початковій школі;
- провести апробацію методик попередження булінгу.

Для вирішення поставлених завдань були використані такі **методи дослідження:**

- теоретичні: вивчення та аналіз психолого-педагогічної літератури з проблеми дослідження, обґрунтування організаційно-педагогічних умов пропедевтики булінгу;
- емпіричні: експеримент, тестування, бесіда, інтерв'ю, самоаналіз;
- статистичні(математична обробка результатів).

**Наукова новизна** полягає в тому, що набули подальшого розвитку організаційно-педагогічні умови пропедевтики булінгу молодших школярів в умовах цифрового суспільства.

**Практична значимість дослідження:** визначається можливістю використання програми у роботі вчителя початкових класів з профілактики булінгу у молодших школярів

**Апробація.** За темою дослідження була опублікована стаття «Агресивність в міжособистісних стосунках молодших школярів» у електронному альманасі «Магістерські студії»(Випуск XXII).

**Структура роботи:** робота складається з вступу, двох розділів, списку використаних джерел та додатків.

## **РОЗДІЛ 1. Теоретичні основи пропедевтики булінгу молодших школярів в умовах цифрового суспільства**

### **1.1. Ключові дефініції дослідження булінгу у молодших школярів**

У Законі України «Про освіту» зазначено: «булінг (цькування) – діяння (дії або бездіяльність) учасників освітнього процесу, які полягають у психологічному, фізичному, економічному, сексуальному насильстві, у тому числі із застосуванням засобів електронних комунікацій, що вчиняються стосовно малолітньої чи неповнолітньої особи та (або) такою особою стосовно інших учасників освітнього процесу, внаслідок чого могла бути чи була заподіяна шкода психічному або фізичному здоров'ю потерпілого» [3].

Булінг (bullying, від bully - гвалтівник, хуліган, хам, грубіян) - це свідоме жорстоке ставлення, фізичне та психічне, то з боку однієї особи чи групи осіб до інших людей[1, с. 160]

Наприкінці ХХ століття, Ендрю Адамс ввів в обіг поняття «булінг». В багатьох країнах для позначення такого ж явища найчастіше вживається слово «мобінг» (агресія однієї групи проти іншої чи проти однієї особи). Сам собою факт існування хуліганства та жорстокості серед дітей наголошує на масштабності цієї проблеми. Ось вже друге десятиліття поспіль не замовкають обговорення про складність подолання цієї проблеми [2, с. 73].

Перші дослідження проблеми булінгу належать скандинавським вченим Д. Олвеус, П. Хайнеманн, А. Пікас, Е. Роланд, Д. Олвеус та ін. Усі ці дослідники, вивчали особливості прояву булінгу між учнями у школі.

Також великий інтерес до проблеми булінгу проявляється і у Великій Британії. Серед британських дослідників слід зазначити В.Т. Ортона, Д.А. Лейна, Д.П. Таттума, Е. Мунте. В Америці особлива увагу булінгу стала приділятися на початку 90 - х рр.. [3, с. 368].

У психолого-педагогічній літературі, присвяченій питанням булінгу, представлено багато визначень цього явища. Л. Кішлі зазначає, що «булінг – це агресивна поведінка, яка спрямована на пониження почуттів, висловлювання негативних емоцій і принизливих оцінок щодо іншої людини» [6].

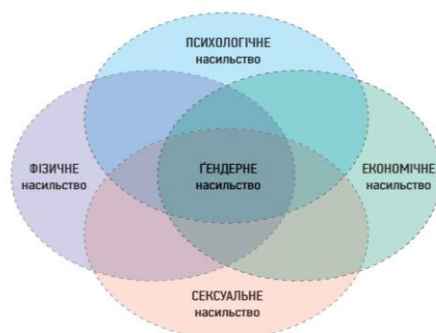
Поняття «булінг» трактується у науковій літературі неоднозначно.

Дослідник І.С. Кон визначає булінг як залякування, фізичний або психологічний терор [1]. На його думку, булінг може бути націлений на підпорядкування однієї людини іншій.

Під булінгом Т. Мерцалова розуміє форму взаємодії людей, де одні люди виступають у ролі кривдника, а інші є жертвами [7].

О. Л. Глазман та Д. Олвеус визначають булінг як стереотип взаємодії у групі, при якому людина протягом довгого часу зустрічається з навмисним заподіянням собі шкоди чи дискомфорту з боку іншої людини або групи людей, які мають більшу владу [3]. Булінг у цьому випадку розглядається як цілеспрямована, агресивна поведінка, яка регулярно повторюється і ґрунтується на нерівності соціальної влади та фізичної сили. В українській та зарубіжній літературі пропонується класифікація видів булінгу (рис.1.1.).





**«Рисунок 1.1 - Класифікація видів булінгу»**

Ендрю Міллер і Девід Лейнс вважають, що «булінг» – це тривалий процес свідомого жорстокого фізичного та психічного відношення, з боку однієї чи групи дітей до іншої дитини [4, с. 90].

Як будь-яке складне явище, булінг не має ні однозначного пояснення, ні універсальних способів подолання та запобігання. Деякі вчені вивчають переважно індивідуальні, особливі для конкретної людини та її жертв особливості, інші – макро та мікросоціальні закономірності відповідних груп та спільнот (наприклад, чому одні школи та колективи більше сприяють булінгу, ніж інші) [5, с. 53].

Аналізуючи вивчену літературу, можна відзначити булінг як соціальне явище, що надає негативний вплив на постраждалого на його самооцінку в суспільстві і зачіпає його становище в групі однолітків [9].

Ми можемо стверджувати, що загальноприйняте визначення поняття «булінг» так і не було винайдено. Існують різні погляди визначення даного поняття. Багато дослідників пояснюють, що булінг відображає своє призначення на умисній демонстрації шкідливої поведінки, спрямованої на оточуючих. Цькування може показувати себе на заподіянні фізичної шкоди або у формі психологічно спрямованого впливу.

Деякі вчені, такі як Г.Л. Єфремова та Л.І. Лушпай сходяться на тому, що булінг є деструктивною поведінкою, яка відображається у заподіянні психологічного або фізично шкідливого впливу на більш слабку людину [7, с. 110].

Не можна не відзначити думку А.І. Аверянова, О.М. Вознюка, І.І. Дорожко і відзначити їх точку зору на визначення булінгу. Вони стверджують, що булінг є поведінкою, яка завдає певної шкоди, по-перше, психічному, а по-друге, фізичному виду здоров'я [1; 4].

Дослідник Х. Лейман дає наступне визначення булінгу: «булінг – це взаємодія у соціальному середовищі, через яку одна людина, а часом і група людей, зазнають нападів з боку іншої людини, а іноді і декількох, майже кожного дня впродовж довгого періоду часу, що викликає у жертви стан безпорадності і виключення з групи» [6].

Аналіз вище викладеного дозволяє трактувати «булінг», як жорстоку дію з боку агресора до потенційної жертви. Всі ці дефініції не завжди точно виражають сутність поняття булінг, а показують лише деякі його сторони. У терміна «булінг» можна виділити кілька суттєвих ознак: нерівність сил, повторюваність та неадекватно висока чутливість жертви. Так усі відомі європейські дослідники зазначають, що на особистісному рівні, «класичні» буллі» завжди відрізняються слабким самоконтролем за своїми нападами агресії, підвищеною агресивністю [5, с. 51].

## **1.2. Характерологічні особливості булінгу в початковій школі**

За результатами великої кількості досліджень у галузі булінгу, можна сказати, що булінг має ряд кількох відмінних рис. По-перше, слід підкреслити, що цькування завжди відбувається спеціально. По-друге,

травлять жертву постійно протягом великої кількості часу. По-третє, булінг завжди пов'язаний з девіантною та контрпозитивною поведінкою.

Також можна розділити цькування за різними видами прояву. Булінг може проявлятися відкрито, а може бути прихований від сторонніх очей і бути непрямим. Провівши вивчення наукових даних, ми змогли описати характеристики булінгового явища. Для початку слід сказати, що в ситуації булінгу завжди є поділ на кривдника і жертву, можна сказати що він асиметричний, тому що постраждала сторона завжди слабша за нападника.

Ще слід зазначити той факт, що цькування завжди відбувається навмисно для нанесення різної шкоди і страждань людині, що пригнічується. Можна сказати, що ситуація цькування вбиває впевненість жертви, принижує людську гідність. Розглядаючи булінг як процес розвитку групи, можна сказати, що він зачіпає абсолютно всіх членів колективу, а не лише безпосередніх учасників. Не маловажливим є факт того, що цькування не може припинитися без втручання і потрібно допомога як постраждалим, а й усім учасникам процесу булінгу [4].

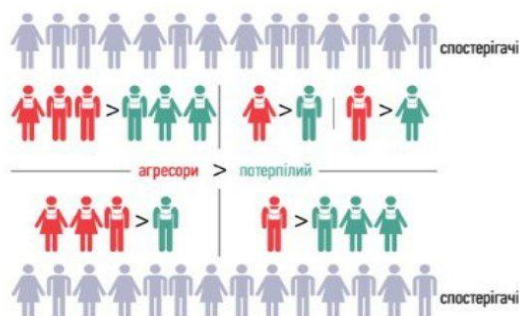
Далі необхідно відзначити за рахунок чого проявляється психологічний булінг. Можна описати такі дії як нав'язування прізвиськ, психологічний тиск, зачіпання. Використання соціальної ізоляції, відмова від спілкування, безпосередньо пов'язане з негативним ставленням, не варто і упускати розпускання хибної інформації про жертву цькування, пригнічений може повністю ігноруватися групою, також його можуть навмисно підштовхувати до сварок, застосовується залякування. Словесне цькування, порівняно з фізичними діями, може навіть найгірше впливати на постраждалого [8].

Булінг має різноманітні механізми впливу, такі як образлива поведінка, фізична дія, поширення брехливих історій, псування особистих

предметів, а також шантаж. Буллер використовує різні засоби для досягнення своїх цілей.

Розглядаючи цькування як систему відносин у групі, можна визначити, що цькування об'єднується в певну булінг-систему зі своїми особливостями. Уточнимо які ролі можуть виявлятися в булінг-системі. Головним учасником є агресор, він починає цькування і перший нападає на жертву. Далі до агресора підключаються його соратники, це діти, які підтримують лідера та переймають естафети дитини-агресора і цькують пригнобленого. У булінг-структурі слід зазначити саму дитину-жертву, яка пригнічується в групі.

Серед учасників булінгу можна виділити три ролі: агресори, жертви та спостерігачі( рис. 1.2).



**«Рисунок 1.2 - Булінг-структура»**

У ролі агресорів можуть виступити, як правило, одна-дві людини, яким по тій або іншій причині не сподобався хтось із однокласників і вони починають його дразнити, обзивати, висміювати, демонстративно уникати, не приймати в ігри [2].

Така ситуація в шкільному колективі може скластися вже в першому класі. У молодших класах дуже часто, саме хлопці стають провокаторами конфлікту, і вони глузують над хлопцями, а дівчата над дівчатами. Якщо ізгоєм стає хлопчик, то дівчатка беруть роль спостерігачів чи стають на його захист. Переслідувачі за рахунок ізгою намагаються самоствердитися,

зайняти лідируючі позиції у колективі.

Агресорами можуть стати агресивні діти, фізично сильні, бажаючі бути в центрі уваги, впевнені у своїй перевазі над жертвою. Жертвами булінгу стають в основному чутливі, не здатні за себе постояти діти. Спостерігачі булінгу – це кілька людей, решта стають переслідувачами. Вони сміються з жартів і знущань агресорів, підтримують їх, і хочуть самоствердитись за рахунок приниження інших дітей. Дуже часто спостерігачами стають «за компанію», за принципом «усі пішли і я пішов».

<p>1. «Множинний стрес», що має на увазі під собою те, що діти – ізгої та жертви мають безліч проблем: від соціального неблагополуччя та конфліктів у сім'ї, аж до поганого здоров'я, важкої комунікації з однолітками.</p>
---

Але буває й так, що спостерігачі самі бояться агресора і щоб такої ж поведінки не отримати в свою адресу, вони починають знущатися з жертви.

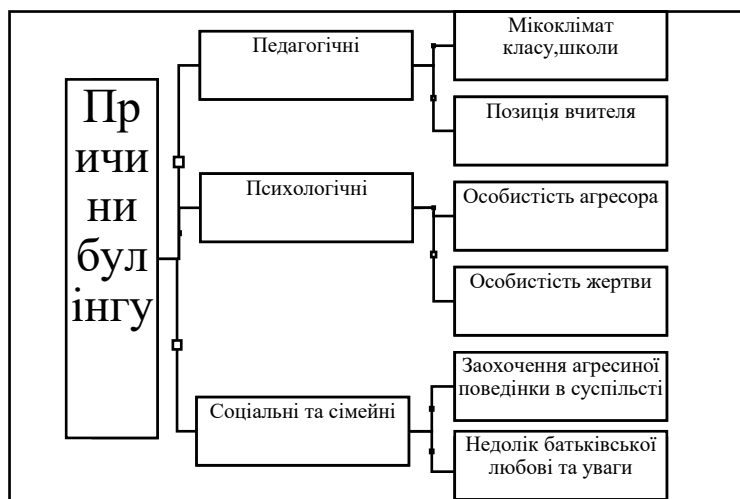
Дослідники виділяють три головні фактори, що дозволяють виявити дітей з групи ризику булінгу (табл.1.2):

***Табл. 1.2. Фактори, що дозволяють виділити дітей з групи ризику***

2. «Провокуючі особливості жертви». Крім того, що вже говорилося вище, під такими особливостями маються на увазі навіть «незвичайна» манера мови, невміння тримати себе в дитячому колективі, і взагалі все «незвичайне» у ровесника з погляду його однокласників.

«Стигматизація – расові (національні) та фізичні особливості дитини». Так як діти ізгої та жертви шкільного булінгу найчастіше приховують свої проблеми від своїх батьків, і про це їх мами та тата в основному дізнаються лише у час екстремальних та кризових ситуацій

Причин булінгу насправді багато. Розділимо їх на групи(див.рис.1.3):



«Рисунок 1.3 - Причини булінгу»

До мотивів булінгу можна віднести:

- заздрість;
- помста (коли жертва цькування сама стає булером, прагнучи покарати кривдників за заподіяні страждання);
- самоствердження у колективі;
- прагнення бути в центрі уваги, виглядати «круто»;
- бажання нейтралізувати суперника під дією його приниження.

Діти не завжди можуть розповісти дорослим про свої проблеми у школі. Тому батькам важливо вчасно розпізнати, що дитина стала жертвою цькування. Про це можуть свідчити такі ознаки:

- дитина негативно ставиться до школи, використовує будь-яку можливість, щоб туди не ходити;
- повертається зі школи пригніченою;
- часто плаче без очевидної причини;
- нічого не розповідає про однокласників та шкільне життя;
- порушений сон та апетит;
- синці на обличчі або тілі, порваний одяг [4].

Аналізуючи роботи західних дослідників, ми встановили, що сутнісними рисами відносин між агресором і жертвою є усвідомлені агресивні дії, що повторюються кілька разів, і ця частина відносин характеризується дисбалансом сил між агресором та потерпілим. Спочатку агресор застосовує до жертви ізоляцію та комунікативну атаку, спостерігаючи за його реакцією та поведінкою оточуючих та аналізуючи наслідки такої взаємодії. На наступному етапі у жертви може змінитися самосприйняття, реакція агресивної дії щодо неї. Жертва може намагатися взаємодіяти з іншими, виробляти стратегії захисту себе, і якщо така взаємодія матиме негативний ефект, то це призведе до закріплення та

використання насильства під час спілкування з іншими учнями [19; 21].

Булінг у школі – це не просто гнів, навіть не конфлікт, це ненависть, неповага. Учні, що залякують інших, вибирають як свою жертву тих учнів, які перебувають у не вигідному становищі у зв'язку з тим, що є представниками культурних меншин, переведені з іншого навчального закладу, потребують особливих умов навчання, відрізняються за матеріальним, соціальним рівнем або жертва відрізняється у поведінці, манері одягатися, на вигляд, манері говорити. Дослідники стверджують, що використання соціальної ізоляції та булінгу щодо оточуючих є наслідком соціальної некомфортності у групі. Соціальний нонконформізм сприймається деякими, сильнішими учнями, як девіація і призводить до несумісності культури однолітків та зміни ставлення до інших людей. Навіть ті, хто не бере активної участі у булінгу, не хочуть спілкуватися із жертвою через соціальний тиск [9; 10; 21].

Булінг у шкільному середовищі може виникати за умов, коли адміністрація школи не турбується про життя, всебічний розвиток і побутові умови кожної дитини, що може призвести до формування безініціативності та безвідповідальності, проявів негуманних стилів поведінки. Відбувається порушення в розумінні учнів щодо співвідношення інтересів – колективних і особистісних. Булінг у шкільному середовищі впливає на дитину таким чином, що вона не може засвоїти моральні поняття, тому в процесі своєї освітньої діяльності не відбувається розуміння один між одним і взагалі в колективі.

Шкільний булінг за своєю природою є складним соціально-психологічним явищем. Булінг ми розуміємо як специфічну соціальну ситуацію, що виникає в групі й ґрунтується на порушеннях соціальних відносин, що передбачає певну групову динаміку (з перерозподілом ролей,



статусів, групових норм, цінностей) і ситуацію, в якій усі члени групи беруть пряму чи опосередковану участь. Політика школи, толерантне або нейтральне ставлення адміністрації школи, вчителів до агресивних і насильницьких проявів, ворожих дій з боку учнів і поведінка самих вчителів формують загальну атмосферу не тільки учнівського класу, а й всієї школи, визначає внутрішнє життя, тобто булінг в шкільному середовищі розвивається в ситуації ворожнечі, конфлікту, страху.

Булінг серед учнівської молоді може проявлятися у двох формах: фізичній та психологічній. Застосування фізичної форми булінгу більш характерне для учнів молодшої школи, а психологічної – для старшокласників. Жертвою у ситуації булінгу може стати учень, який на думку учнів відрізняється від інших за будь-якою ознакою. Булінг проявляється, як правило, в позаурочний час і в неконтрольованих дорослими місцях.

### **1.3. Мета та завдання пропедевтики булінгу в умовах цифрового суспільства. Досвід латвійської школи в попередженні булінгу.**

Інтернет схильний зберігати інформацію протягом тривалого часу, неперевірена стигматизована (з грецької - «мітка, клеймо») інформація може зберігатися в інтернет-просторі необмежений час. Вікові та психофізіологічні особливості учнів через відсутність життєвого досвіду не дозволяють їм оцінити та передбачити ситуацію, до якої може призвести інформація, яку вони подають у соціальних мережах. З якою метою можна використовувати інформацію, представлену про себе в інформаційному просторі.

Особиста інформація може бути використана третіми особами у

мережі Інтернету. Анонімність, безперервність погроз, відсутність зворотного зв'язку – особливості кібербулінгу, які призводять до тривожно-депресивного стану дитини. Кібербулінг може вийти за межі Інтернету в реальне життя у формі інших проявів булінгу, коли агресор і об'єкт булінгу знаходяться в одній школі чи місті [5].

Цифрове середовище є додатковим простором для реалізації погроз і булінгу, але не є самостійним фактором виникнення. Висока активність дітей у соціальних мережах та їх низька проінформованість про небезпеку Інтернет-простору призводить до підвищеної тривожності дітей, що підвищує ризик суїцидальної поведінки.

У зв'язку з цим очевидна необхідність активізації виховного потенціалу школи для профілактики кібербулінгу в дитячому середовищі. Важливо зазначити, що робота з учнями має містити не систему профілактичних заходів, а бути стратегією всіх сфер діяльності школи, виховний потенціал якої спрямований на якісно новий рівень функціонування навчально-виховного процесу.

Профілактика булінгу та кібербулінгу, очевидно, має включати елементи управління планування першочергових та перспективних завдань, вирішення технічних питань, розширення можливостей психологічної підтримки учнів.

Метою стратегії розвитку освітнього потенціалу освітньої організації щодо забезпечення профілактики та попередження кібербулінгу в молодшому шкільному віці є благополуччя дітей та підлітків у психоемоційному, фізичному, правовому та загальнолюдському змісті життя, насамперед у сім'я. Ця мета є довгостроковою і може бути досягнута у співпраці школи та родини.

Батьки, на даний час, мало обізнані з поняттям «кібербулінг», і не

завжди можуть допомогти дитині захиститися від інтернет-загроз, тому першочергове завдання профілактики та попередження кібербулінгу має починатися з правової освіти батьків.

Другим важливим напрямком роботи школи є підготовка спеціальних кадрів – соціальних педагогів та психологів – для профілактики булінгу та кібербулінгу серед учнів молодшого шкільного віку. Статистика доводить, що кібербулінг завдає жертві небезпечної психологічної травми, з якою інколи неможливо впоратися самотійно.

Поняття кібербулінг об'єднує два англійських слова (cyber + bullying), що означає цифрове знущання. Найчастіше це відбувається в соціальних мережах або в чатах, а іноді навіть на форумах, де створюються агресивні теми.

Поява Інтернет-платформи швидко поширила новий вид булінгу, коли стало можливим вчиняти насильство над людиною без безпосередньої взаємодії з її жертвою, а спілкуючись у віртуальному просторі. Агресивне переслідування особи набуло нових форм із застосуванням різноманітних сучасних технологій [3].

Небезпека кіберзалежування полягає в тому, що інші люди можуть бути залучені до процесу залежування, не завжди з їхньої згоди. Кібербулінг має різновиди. «Прямий кібербулінг – це цілеспрямована кампанія однокласників: цькування дитини в просторі сучасних технологій через листи чи повідомлення. Поширення як правдивої, так і неправдивої інформації про особу з метою дискримінації та приниження її гідності. У непрямому випадку до процесу цькування жертви залучаються інші особи (і діти, і дорослі), масова атака з погрозами повідомленнями на мобільний телефон. Переслідувач може зламати акаунт жертви і, імітуючи власника, розсилати повідомлення з цього акаунта знайомим жертви, руйнуючи

комунікативне поле жертви і викликаючи сумніви в її моральних якостях» [3].

З появою кібербулінгу булінг став практично цілодобовим, адже людину засипають повідомленнями, постами в соціальних мережах як за місцем навчання, так і вдома. Звідси трагічні наслідки. Метою кібербулінгу є погіршення емоційного стану жертви та руйнування її соціальних стосунків [4, 6].

У питаннях профілактики кібербулінгу в навчально-виховному процесі школи необхідно підвищувати цифрову грамотність та правову культуру школярів. Важливим моментом у профілактиці булінгу та кібербулінгу є індивідуальні, особистісні та психофізичні особливості учня. Цифрові технології стали невід'ємною частиною середовища, в якому живе людина. Ризики, пов'язані з інтернет-загрозами, неможливо повністю усунути.

У сучасному світі булінг розглядають як доволі серйозну соціально-педагогічну проблему сьогодення. Практика іноземних держав демонструє, що ефективне запобігання проявам булінгу в школах вимагає злагодженої організації як внутрішньосистемної, так і міжвідомчої взаємодії, підґрунтям якої є чітка законодавча та нормативна база.

У школах Латвії більш змістовним на їх погляд є поняття «мобінг».

Мобінг – це форма психологічного насильства, масового цькування людини у колективі. Булінг — це також систематичне насильство, що регулярно повторюється, одним учнем або групою школярів щодо окремого школяра, який не може себе захистити. За статистикою, кожен третій учень у Латвії піддавався мобінгу. У Латвії існує соціальний проект, щодо протидії мобінгу - #Neklusē.

Мобінг може набувати різних форм:

- фізичний мобінг - заподіяння фізичних страждань або псування майна;

вербальний мобінг – потерпілому завдають страждання словами, наприклад, обзивають, принижують чи залякують;

- прихований мобінг або мобінг, пов'язаний із відносинами - відносини жертви з друзями або його становище серед однолітків завдають шкоди, наприклад, через те, що його принижують або виштовхують із групи;

- кіберзалякування – жертву змушують страждати за допомогою телефону чи інтернету, йому розсилають листи з погрозами чи образами, розміщують зловмисні листи чи фото в інтернеті тощо.

Для забезпечення безпечного розвитку дитини важливо, щоб батьки регулярно розмовляли зі своїми дітьми та знали, як у них справи. Для того, щоб допомогти вам діяти швидко, ефективно та безпечно при підозрі на мобінг, ми пропонуємо слідувати схемі ASAP:

**A – Дізнайся!** Якщо ви помітите, що учень регулярно виключається з групової роботи або не бере участі в спільній діяльності з іншими, якщо під час занять відзначається нехарактерна стомлюваність або неможливість сконцентруватися на освітньому процесі, якщо ви помітили виражену депресію, тривожність або раптове ухилення дитини від відвідування школи – тоді варто переконатися, що ці явища не пов'язані з бурхливими відносинами в класі або насильством.

**S- Скажи!** Дуже важливо якомога раніше почати говорити про мобінг. Якщо ви помітите будь-які ознаки мобінгу, скажіть про це дітям і спитайте про це. Молодші школярі часто будуть охоче говорити про це, якщо побачать, що їхні батьки чи вчителі турбуються про них і не байдужі до їхніх проблем. Старші підлітки можуть соромитися або боятися розповісти

про те, що вони пережили, але досвід показує, що інші однокласники часто розповідають про це дорослим, якщо про це відкрито запитують.

А – активувати! Цілком ймовірно, що вам буде потрібна додаткова підтримка для вирішення цієї проблеми. Активізуйте фахівців, які можуть допомогти вам – шкільного психолога, соціального педагога, інших фахівців або колег, яким ви довіряєте. Іноді вихователі соромляться зізнатися, що така проблема виникла в їхньому класі, але активація допомоги лише доведе, що ви професіонал, здатний виявляти та обмежувати мобінг.

Р- Допоможіть! Коли все необхідне для приборкання мобінгу зроблено, допоможіть тим, хто найбільше постраждав від нього. Іноді проста розмова з дитиною та підвищена увага можуть підтримати її та значно знизити ризики. Майте на увазі, що і жертва, і злочинець наражаються на найбільший ризик психічного здоров'я та ізоляції, тому обом буде потрібна додаткова допомога.

Для зниження мобінгу в школі за програмою Neklusē має бути задіяна вся шкільна аудиторія – співробітники школи, батьки та учні.

Плані їхньої роботи має такий вигляд:

- визначити шкільні цінності та втілити їх у життя;
- провести опитування шкільного мобінгу за участю шкільного персоналу, батьків та учнів;
- розробити план дій щодо вирішення та запобігання мобінгових ситуацій;
- провести тренінг для співробітників школи, батьків та учнів – «Що робити в ситуації мобінгу?»;
- здійснювати навчання працівників школи, батьків та учнів інклюзивності, прийняття різноманітності, поважного взаємного спілкування;

- подавати приклад та застосовувати знання, отримані на тренінгах, на практиці та вирішувати ситуації мобінгу, вникаючи у причини;

- регулярно стежити за відносинами у школі.

Аналіз української та зарубіжної філософської, соціологічної, психолого-педагогічної літератури з проблеми булінгу та кібербулінгу в молодшому шкільному віці дав змогу сформулювати основні напрями стратегії освітньої організації щодо профілактики та кіберсоціалізації учнів в цифровому середовищі:

- підвищення психолого-педагогічної компетентності педагогів у профілактиці булінгу та кібербулінгу;
- індивідуальні консультації дітей із спеціалістами шкільної психолого-педагогічної служби;
- формування основ позитивних емоційних стосунків дітей у класі;
- правове виховання дітей, їхніх батьків та педагогів;
- створення служби інформаційної безпеки.

Важливим напрямком роботи навчального закладу є правова допомога. Зважаючи на вікові особливості учнів, суперечливість світогляду, особистість учня розвивається в умовах сучасного світу, профілактика кібербулінгу серед дітей є актуальною в практиці освітніх організацій.

Безпечне та безперервне освоєння цифрового простору користувачем цифрових технологій у будь-якій сфері його діяльності та в різному віці життя диктує загальні правила роботи в Інтернеті: усвідомлення потенційних ризиків і способів боротьби з ними, знання і захист персональної інформації тощо. Стратегія роботи освітньої організації передбачає створення служби інформаційної безпеки.

Це дослідження допоможе передбачити та попередити несприятливі

наслідки психоемоційного стану дитини. Учні молодшого шкільного віку є найбільш вразливою групою для кібербулінгу. Соціалізація дітей у цифровому середовищі – це допомога родини та вчителів у забезпеченні безпечного освоєння дітей у цифровому просторі



## РОЗДІЛ 2. Система експериментальних заходів щодо пропедевтики булінгу в початковій школі

### 2.1. Організаційно-педагогічні умови пропедевтики булінгу молодших школярів в умовах цифрового суспільства

Освітнє середовище школи має тенденцію швидко змінюватись, адже воно не існує ізольовано від внутрішніх та зовнішніх впливів, які можуть призвести як до позитивних результатів, так і нести ризики, загрози та небезпеки. Тому для протидії негативним чинникам необхідно піклуватись про те, щоб освітнє середовище було захищеним та безпечним.

Поняття «безпека освітнього середовища» не має єдиного визначення, це пов'язано з тим що існують різні підходи до розуміння його сутності. (див. рис. 2.1)

1. психологічна	<p>Дослідники, які вивчають <b>психологічно безпечне освітнє середовище</b> та коло проблем, пов'язаних з ним, вважають, що психотравмівні ситуації прямо чи опосередковано впливають на фізичне та психічне здоров'я особистості. Зокрема, до психотравмівних ситуацій в освітньому процесі належать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• конфлікти у ланках «вчитель-учень», «учень-учень», «учень-батьки»</li> <li>• проблема адаптації в освітньому середовищі</li> <li>• атмосфера конкуренції між однокласниками</li> <li>• надмірна вимогливість педагогів</li> </ul>
2. екологічна	<p>Український педагог Світлана Совіра зазначає, що <b>екологічно безпечне освітнє середовище</b> – це система психолого-педагогічних умов, впливів і можливостей, які забезпечують захищеність особистості від негативного впливу екологічних чинників, що визначають оптимальність взаємодії зі світом природи</p>
3. інформаційна	<p>На думку українського педагога Нелі Кириленко, застосування інформаційно-комунікаційних технологій в освіті здійснює масовий глобальний вплив на особистість. Серед негативного впливу інформації на сучасне освітнє середовище дослідниця виокремлює:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• відсутність належних механізмів контролю якості інформації, доступної через сучасні телекомунікаційні технології, що породжує проникнення в освітній простір великого обсягу недостовірної інформації</li> <li>• неконтрольоване проникнення інформації сумнівного, агресивного змісту, яка може сприяти виникненню насильства, булінгу, кібербулінгу тощо</li> </ul>

«Рисунок .2.1 - Аспекти розуміння поняття « безпека освітнього середовища»

Щоб знизити ризики насильства та створити безпечне освітнє середовище, кожен учасник освітнього процесу повинен мати уявлення про те, що таке насильство та як зменшити ризики й небезпеки. Це можливо тільки при злагодженій, цілеспрямованій діяльності адміністрації школи, педагогів, психологів та батьків.

Можна виокремити такі методичні рекомендації щодо пропедевтики булінгу:

1. Кожен учень повинен комфортно себе почувати в освітньому середовищі - враховуються емоції школярів, їхні почуття та переживання під час навчання та в процесі взаємодії з іншими учасниками освітнього процесу. Якщо система психологічної допомоги недостатньо розвинена це може призвести до неефективного психологічного супроводу дитини, а у педагогів — емоційного вигорання, і, як наслідок, спричинити професійну деформацію, що і в першому і в другому випадку є серйозною загрозою психічному здоров'ю особистості.

2. Освітній процес повинен приносити задоволення всім його учасникам, що включає в себе забезпечення базових потреб дитини, підтримку її у важких ситуаціях, підвищення самооцінки учня, розвиток індивідуальних здібностей та можливостей учня.

Важливою складовою безпечного освітнього середовища є особистісно- довірливе спілкування. Його відсутність може спричинити такі негативні наслідки, як-от:

- відсутність емоційного комфорту;

- відсутність бажання ділитися своєю точкою зору;

- проблеми з самооцінкою;
- втрата власної гідності;
- відсутність бажання просити допомогу;
- небажання помічати як власні проблеми, так і проблеми оточуючих;
- відсутність бажання сприймати прохання та пропозиції інших людей.

Науковці виділяють ряд принципів організації безпечного освітнього середовища (рисунок 2.2):

<p>▷ Принцип домінування життя людини як головної цінності</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• визначає модель мінімальної (необхідної) безпеки</li> <li>• максимально усуває ризики, що загрожують життю як дітей, так і дорослих</li> </ul>
<p>▷ Принцип регіональної специфіки</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• передбачає облік небезпек і можливих надзвичайних ситуацій того чи того регіону (міста, області, району) під час організації системи безпеки освітнього середовища школи</li> </ul>
<p>▷ Принцип комплексності оцінки небезпек (ризиків)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• задає методикку оцінки різних педагогічних (освітніх) ризиків (зовнішніх і внутрішніх) на основі комплексного, системно-синергетичного підходів</li> </ul>
<p>▷ Принцип міні-макса</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• визначає досягнення максимального ефекту безпеки при наявності мінімуму ресурсного забезпечення</li> </ul>
<p>▷ Принцип максимальної ефективності</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• втілює управління системою заходів і створення педагогічних умов, спрямованих на забезпечення максимальної безпеки освітнього середовища й школи як соціального інституту в цілому</li> </ul>

**«Рисунок 2.2 - Принципи організації безпечного освітнього середовища»**

Враховуючи вищезазначені принципи організації безпечного освітнього середовища, ми виокремили більш ефективні організаційно-педагогічні умови пропедевтики булінгу молодших школярів в умовах цифрового суспільства :

1. Оновлення змісту освіти з акцентом на збільшення навчальної мотивації і попередження соціальної ізоляції та почуття самотності.

2. Попередження загрожуючої поведінки силами батьків та родичів дитини.

3. Врахування особливостей дитини (пригніченість, плач без причини, асоціальність поведінки, не має згадок про школу, тощо)

4. Спільна діяльність вчителя і батьків щодо профілактики булінгу.

5. Створення безпечного освітнього середовища в умовах цифрового суспільства.

При врахуванні педагогами цих організаційно-педагогічних умов таке педагогічне явище як булінг стане більш безпечним і не буде нести деструктивних загроз для молодших школярів.

## **2.2. Аналіз вивчення булінг-позиції молодших школярів**

Науковою основою розробки програми профілактики шкільного булінгу в початкових класах та програми діяльності вчителів і шкільних психологів з профілактики булінгу серед молодших школярів стало дослідження пропедевтики булінгу та проявів віктимізації молодших школярів, який проводився протягом 2022 навчального року на базі Херсонської гімназії № 6.

У педагогічному дослідженні взяли участь 62 особи (учні 2-го класу 7-8 років у кількості 30 осіб та учні 3-го класу 8-9 років у кількості 32 осіб). Серед респондентів були як хлопці (44%), так і дівчата (56%).

Першим етапом дослідження було опитування щодо виявлення ставлення молодших школярів до булінгу за допомогою анкети «Діагностика виявлення булінгу».

Проаналізувавши отримані під час опитування результати третіх класів, ми отримали такі дані: у 3 класі менша кількість молодших школярів були учасниками булінгу з боку дітей та вчителів.

У 3 класі спостерігається однакова кількість учнів, які стикалися з ситуаціями знущання одних людей з інших і були учасником цькування, знущання.

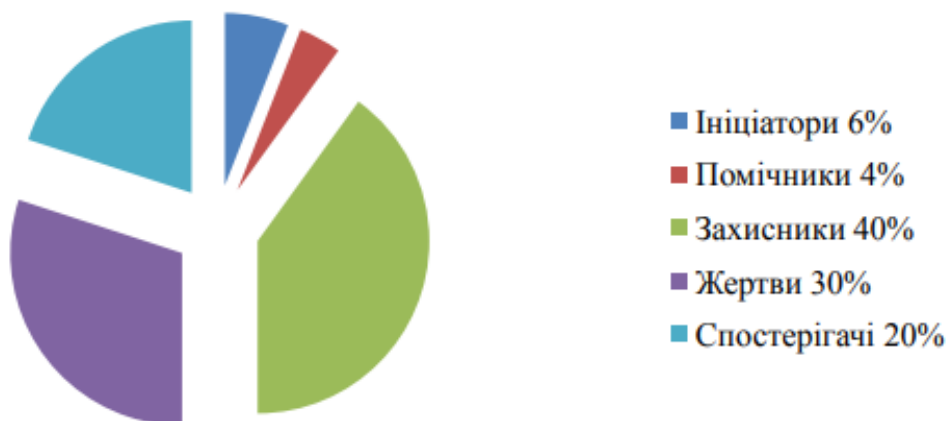
Слід зазначити, що більшість учнів 3 класу знають, що таке булінг. Вони також вважають, що дорослі недостатньо допомагають дітям, які постраждали від булінгу.

У 3-х класах більшість дітей відповіло, що вони знають, що таке булінг, і менше всього вони зустрічалися з ситуаціями цькування школярів з боку вчителів.

Для проведення психологічної діагностики були використані стандартизовані тести-опитувальники, а саме опитувальник «Булінг-структура» А. Норкіної та «Шкала віктимізації однолітків» (Multidimensional Peer Victimization Scale; Н. Mynard, S. Joseph) (Додаток А.).

Експериментальне дослідження позицій булінгу та проявів віктимності серед учнів початкових класів показало, що у 2-3 класах учні виявили прояви булінгу. Це підтверджує наявність проблеми булінгу серед молодших школярів та підкреслює актуальність подальшого розвитку напрямів і засобів попередження цього явища.

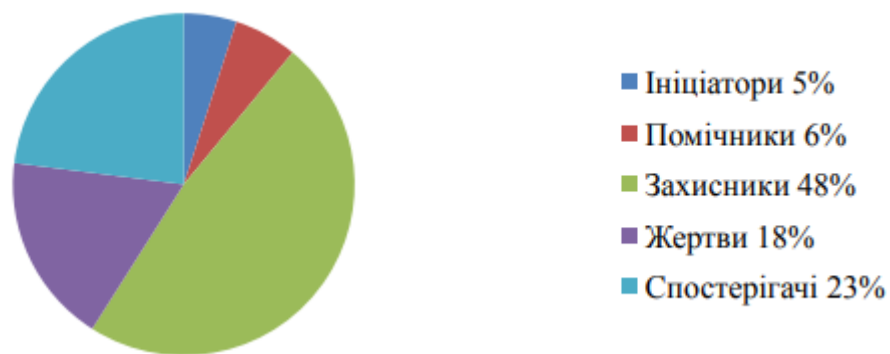
Булінгу з боку вчителів виявлено не було, проте деякі учні вказували на поодинокі випадки конфліктних ситуацій, що також потребує посилення профілактичної роботи у цьому напрямку. Булінг-структура учнів других класів проілюстрована на рис. 2.3



**«Рисунок 2.3 - Булінг-структура учнів 2-х класів (у відсотках)»**

Проаналізувавши результати булінг-позицій молодших школярів в булінг-структурі було виявлено, що в учнів других класів булінг-позиції існують в наступній послідовності: позицію «захисника» займають 40% від загальної кількості респондентів, роль «жертви» притаманна 30% опитаних, булінг-позицію «спостерігача» займає 20% молодших школярів, значно менший відсоток школярів займає позицію «ініціатора» (6%) та найменший показник (4%) належить учням других класів, які займають у булінг-структурі позицію «помічника».

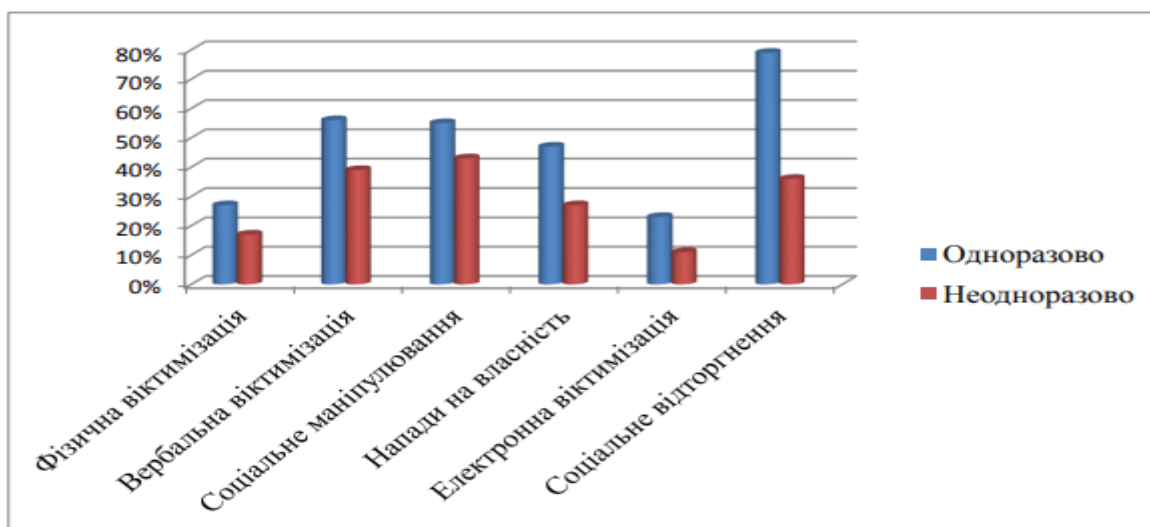
Наочно отримані нами результати булінг-структури учнів третіх класів (у відсотках) представлені на рис. 2.4.



*«Рисунок 2.4 - Булінг-структура учнів 3 класів»*

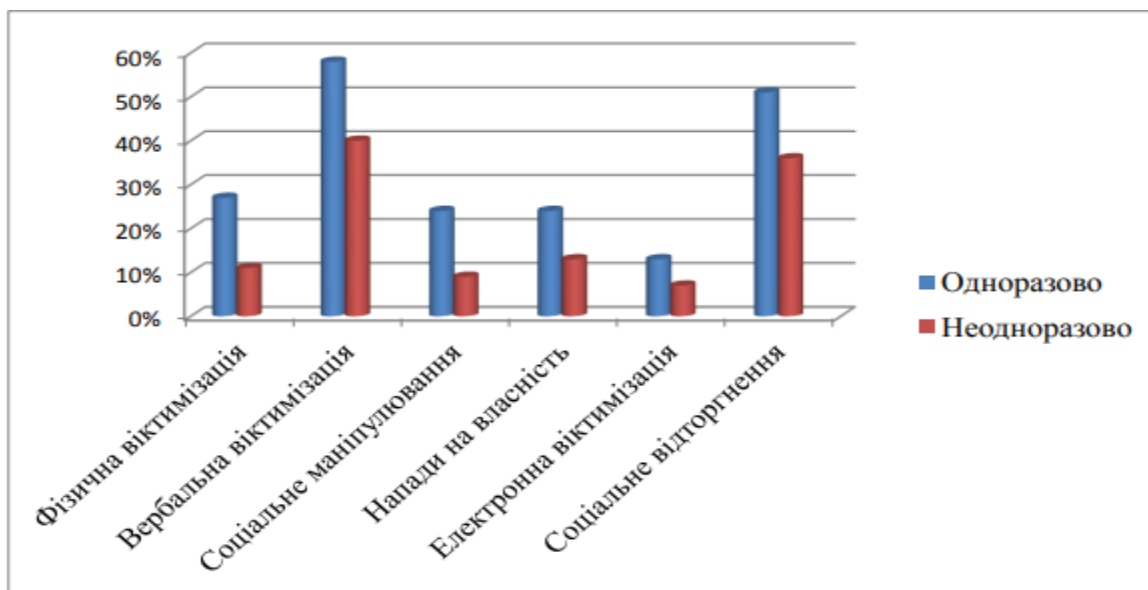
У учнів третіх класів перше місце у булінг-структурі також посідає позиція «захисника» (48%), але на відміну від попередніх результатів тестування, другу позицію займають «спостерігачі» (23%), на третьому місці посідають діти з булінг-позицією «жертви» (18%), четверте місце належить вже «помічникам» (6%) та на останньому місці посідають «ініціатори» (5%).

Проведений нами аналіз видів віктимізуючих дій учнів других (див. рис. 2.5.) та третіх (див. рис.2.6.) класів дав наступні результати:



**«Рисунок 2.5 - Види віктимізуючих дій учнів 2-х класів (у відсотках)»**

Розглянувши психологічні особливості віктимізації жертв шкільного насильства ми виявили, що всі учні других та третіх класів хоча б один раз на власному досвіді зустрічалися з соціальним відторгненням в шкільному колективі (79% учнів 2-их класів та 51% учнів 3-іх класів), вербальною віктимізацією (56% учнів 2-их класів та 58% учнів 3-іх класів), соціальним маніпулюванням (55% учнів 2-их класів та 24% учнів 3-іх класів), нападами на власність (47% учнів 2-их класів та 24% учнів 3-іх класів), фізичною (27% учнів як 2-их, так і 3-іх класів) та електронною (23% учнів 2-их класів та 13% учнів 3- іх класів) віктимізацією.



**«Рисунок 2.6 - Види віктимізуючих дій учнів 3-х класів»**

Неодноразово ставали жертвами соціального маніпулювання (43%% учнів 2-их класів та 9% учнів 3-іх класів), вербальної віктимізації - (39%



учнів 2-их класів та 40% учнів 3-іх класів), соціального відторгнення – (36% учнів 2-их класів та 33% учнів 3-іх класів), нападів на власність – (27% учнів 2-их класів та 13% учнів 3-іх класів), рідше страждали від фізичної (17% учнів 2-их класів та 11% учнів 3-іх класів) та електронної (11% учнів 2-их класів та 7% учнів 3-іх класів) віктимізації.

Аналіз конкретних форм віктимізуючих дій учнів других та третіх класів показав, що у учнів третіх класів не виявлено жодного випадку, коли діти постійно псують (у учнів других класів 25%) або відбирають (у учнів других класів 21%) речі, а також на відміну від учнів других класів (7%) не виявлено жодного факту побиття одного учня іншим.

Загалом можна стверджувати, що наше експериментальне дослідження підтвердило, що найпоширенішим видом булінгу в молодшому шкільному віці є психологічне насильство, а саме бойкот і булінг, виходячи з того, що саме в молодшому шкільному віці у дітей відбувається процес формування характеру та змінюються риси і форми міжособистісної взаємодії, характер стосунків з іншими людьми, ставлення до себе.

У результаті наукових досліджень встановлено, що серед молодших школярів характерним явищем є шкільне насильство (булінг), яке завжди спрямоване проти одних і тих же дітей. З віком булінг дещо слабшає, але в деяких дітей це стійка особистісна потреба, яка лише змінюватиме форми прояву. Зміна булінгових позицій на цьому віковому етапі може бути досить нестійкою, тому заходи щодо профілактики цього соціально-психологічного явища необхідно проводити вже в початковій школі.

### **2.3. Діяльнісна складова і використання методик попередження булінгу молодших школярів в умовах цифрового суспільства**

Враховуючи результати емпіричного дослідження, на нашу думку, розробка психопрофілактичної програми попередження булінгу та кібербулінгу серед молодших школярів та її впровадження в освітній процес, у роботу вчителя та практичного психолога закладу освіти, є актуальним питанням, оскільки емпірично встановлено, що значна частина учнів, які брали участь у дослідженні стикалися з проявами булінгу, в той чи іншій мірі. У зв'язку з цим ми розробили психопрофілактичну програму для учнів, спрямовану на популяризацію ненасильницької моделі поведінки, формування у школярів розуміння та усвідомлення неприпустимості булінгу в освітньому середовищі.

Під час реалізації програми вирішуються наступні завдання:

- інформування учнів про проблему булінгу як прояву жорстокості в учнівському середовищі, ознайомлення з його причинами та наслідками;
- інформування про можливі шляхи протидії цьому явищу в навчальному середовищі;
- розвиток уміння знаходити шляхи вирішення конфліктних ситуацій;
- формування вмінь надавати та отримувати допомогу;
- формування навичок відповідальної та безпечної поведінки учнів в Інтернеті;
- формування навичок захисту від реакції негативних емоцій (агресії, гніву);
- формування толерантного ставлення до оточуючих.

Програма включала чотири заняття.

Перший урок спрямований на інформування учнів про проблему булінгу (булінгу) та кібербулінгу в учнівському середовищі, їх наслідки, ознайомлення учнів із правилами безпечного користування Інтернетом (профілактика кібербулінгу).

Друге тренінгове заняття спрямоване на ознайомлення школярів з існуючими видами булінгу, його причинами та можливими наслідками для жертви та агресора, розробку можливого плану дій зі школярами в ситуації булінгу, пошук можливих шляхів подолання агресивних дій.

Третій урок присвячений емоційному розвантаженню учнів, спрямованому на ознайомлення учнів із можливими варіантами безпечного реагування на власну агресію та гнів з метою уникнення можливих конфліктів у стосунках з оточуючими, уникнення та попередження проявів булінгу в учнівському середовищі.

Четверте заняття орієнтоване на формування в учнів молодшого шкільного віку толерантного ставлення до навколишнього середовища, розвиток навичок безконфліктного спілкування.

Форма роботи: соціально-психологічний тренінг.

Обладнання: відеосупровід, роздатковий матеріал, фліпчарти, маркери, фломастери, стікери, олівці, аркуші паперу, скотч, ножиці, бейджики, пластикові стаканчики для кожного учасника психопрофілактичного заняття.

Оптимальна кількість учасників 14-16 осіб.

Загалом розроблена психопрофілактична програма сприятиме формуванню ненасильницької моделі поведінки у стосунках з іншими людьми, формуванню в учнів навичок практичного самоконтролю, збагаченню їхньої психологічної компетентності щодо проблеми булінгу та кібербулінгу в учнівському середовищі, можливі наслідки та існуючі проблеми.

### *Психопрофілактичне заняття №1 «Стоп булінг»*

Мета: ознайомити учнів з поняттям булінгу, його видами, структурою, наслідками булінгу для всіх учасників; розвивати в учнів уміння знаходити

шляхи виходу зі складної ситуації; ознайомити з правилами безпечної поведінки в Інтернеті; запобігання булінгу та кібербулінгу.

### ПЛАН-СХЕМА

#### 1. Привітання (5 хв.)

Інструкція: Сьогодні, привітавши один одного, ми скажемо «Здрастуйте» з якоюсь інтонацією, виражаючи ту чи іншу емоцію. Один з вас буде вітатися, а завдання другого - визначити, яка емоція прихована у зверненні до нього. Потім слід помінятися місцями.

Учні виявили, що за допомогою інтонації можна виразити ту чи іншу емоцію, підняти або навпаки зіпсувати настрій іншій людині.

#### 2. Правила (5 хвилин)

#### 3. Очікування (10 хвилин) Усне визначення очікувань і занепокоєнь.

#### 4. Вправа-розминка «Присісти ...» (5 хв).

5. Бесіда: Як ви розумієте слово булінг? (5 хвилин) Поясніть учням поняття булінгу. Булінг (від англ. «Bully» — хуліган, боєць, гвалтівник) — психологічний терор, побиття, переслідування однієї людини іншою, агресивне переслідування. Далі слід обговорити з дітьми, як часто булінг трапляється в нашому житті, яке місце займає в нашому суспільстві. Слід також обговорити, які дії слід вважати булінгом [16].

7. Міні-лекція (5 хв.) Хто найчастіше стає жертвою булінгу? Ним може стати будь-який учень, навіть сильний, здатний витримати тиск своїх однокласників. Але треба врахувати, що деякі учні не спеціально провокують своїх однолітків і частіше стають жертвами булінгу. Більшість з них неохайні, незвичайно одягнені або дивно поведуться.

Або хлопчики та дівчатка, які не можуть дати відсіч, або дуже чутливі діти - їх легко розлютити, розплакатися. Школярі, яким легше домовитися з дорослими, ніж з однокласниками, скаржитися на вчителя з будь-якого

приводу і ходити за ним «хвостиком», також викличуть радше роздратування, ніж співчуття класу. Часто жертвою булінгу стає новий учень, який відрізняється від однокласників – наприклад, більш відкритий, ініціативний. А діти відкидають «чужого». Нарешті, буває і так, що вчитель сам виділяє в колектив неугодного учня і, публічно його принижуючи, встановлює для школярів норми прийнятної поведінки [5].

9. Бесіда (10 хв.) Обговоріть з дітьми конкретні випадки булінгу, про які вони знають, з якими стикалися? Про які випадки ви чули зі ЗМІ? Що, на вашу думку, є причиною цих видів насильства?

Учні розповіли про випадки булінгу, свідками яких вони стали не лише в школі, а й поза школою. Розповіли що часто бачать випадки булінгу по телевізору та в Інтернеті. Розповіли про причини булінгу в різних ситуаціях, що показало їх знання з цієї теми.

10. Міні-лекція «Чинники жорстокості» (10 хв.)

11. Мозковий штурм (10 хв.) Психолог, ведучи бесіду, записує на аркуші паперу «Як ви вважаєте, які шляхи протидії булінгу, що може допомогти цьому запобігти?»

12. Перегляд відеофрагменту (5 хв.) А тепер переглянемо невеликий відеоролик. Скажіть, дивлячись на це, які висновки можна зробити?

1. Не беріть все близько до себе, будьте товстошкірим.
2. Вміти спілкуватися, налагоджувати контакти, спілкуватися.
3. Вірте в себе.
4. Знайдіть конструктивні шляхи вирішення конфліктів.
5. Контролюйте особисті емоції.
6. Не відповідайте агресією, агресією.
7. Знати, як знімати напругу та негативні емоції.
8. Звертатися за допомогою, порадою.

9. Відчуйте особисту цінність і значимість, знайте, від кого ви можете отримати підтримку.

10. Формування навички впевненої відмови.

11. Використання гумору у відповідь на агресію.

12. Розвивати стресостійкі якості.

13. Вправа «Кібербулінг» (5 хвилин)

Давайте з вами розглянемо правила безпечної поведінки в Інтернеті, що робити, щоб уникнути кібербулінгу! Методичні рекомендації Г. Нікітенко щодо подолання та протидії виникненню булінгу в освітньому середовищі вказують на такі правила безпечної поведінки в Інтернеті.

14. Підсумок (10 хв.) Що було цікавого? Що було корисним? Що для мене було важливим?

Таким чином на першому профілактичному занятті, учні ознайомились з поняттям булінгу, його видами, структурою, наслідками булінгу для всіх учасників; знайшли шляхи виходу зі складної ситуації; ознайомились з правилами безпечної поведінки в Інтернеті; виділили шляхи запобігання булінгу та кібербулінгу.

### *Психопрофілактичне заняття № 2 «Жорстокість у взаємовідносинах»*

Мета: усвідомлення учнями розуміння того, що булінг в класі стосується всіх без винятку його учасників.

#### ПЛАН-СХЕМА

1. Вправа-привітання «Мене друзі цінують за ...» (5 хв). Завдання: кожен учасник по черзі називає своє ім'я і вимовляє фразу, починаючи зі слів: «друзі мене цінують за ...»

2. Повторення прийнятих правил роботи в групі (5 хв).

3. Збір очікувань і страхів від занять (5 хвилин).

4. Вправа «Що таке жорстокість» (15 хв.) На дошці необхідно написати термін «твердість».

Учнів просять написати кілька речень, щоб пояснити, що, на їхню думку, означає насильство (це може бути в сім'ї, школі, стосунках). Потім учні представляють свої описи, необхідно виробити консенсус щодо терміну і порівняти свої визначення з визначенням, заздалегідь підготовленим психологом.

Зрештою, необхідно підкреслити, що насильство може бути спрямоване проти дітей, дорослих, людей похилого віку.

5. Міні-лекція «Основні види насильства» (5 хв.)

6. Бесіда «Причини та наслідки насильства» (10 хв.)

Необхідно обговорити з дітьми, що, на їхню думку, є причинами насильства та цькування в школі. Діти повинні пропонувати свої варіанти. Розглядати причини домашнього насильства серед однолітків можна старшими. Потім пропонуємо учням обговорити, якими, на їхню думку, є наслідки насильства, переслідування жертв, спостерігачів і агресорів? Запропонуйте і проаналізуйте наслідки окремо для кожної категорії.

7. Рольова гра (25 хв.)

Учням пропонується розіграти сценку, де жертва насильства просить допомоги близького друга. Поки одні учні розігрують сценку, інші уважно аналізують, про що просить скривджений і яку пораду дає йому товариш. Після закінчення гри необхідно разом з класом проаналізувати, наскільки реалістичною була порада товариша. Обговоріть плюси і мінуси тієї чи іншої поради. Запропонуйте, до кого учні можуть звернутися за допомогою: до шкільної медсестри, психолога, помічника директора, директора, класного керівника тощо.

8. Розбір запропонованої ситуації булінгу (15 хв.) Учням зачитується текст: «Твій найкращий друг поводиться дивно. Він не хоче нікуди йти і не хоче нічого робити, як раніше. Він сказав вам, що хоче піти зі школи, тому що йому тут погано і він більше не може» Учням необхідно розробити план дій для хлопчика, над яким знуцаються на уроці. Обговорення отриманих результатів.

9. Мозковий штурм (20 хвилин) Попросіть учнів перелічити внутрішні захисні механізми, які вони використовують, щоб уникнути агресії з боку інших людей. Дайте їм можливість обговорити кожен. Потім обговоріть з дітьми, як, на їхню думку, має поводитися свідок насильства, щоб допомогти жертві та кривднику. Ми записуємо абсолютно всі варіанти і все аналізуємо, як саме запропонований варіант може допомогти. Треба дійти до найголовнішого, щоб свідок ні в якому разі не залишався осторонь і був холодним спостерігачем. Вони ризикують залишитися безхарактерними пішаками в руках сильніших і заповзятливіших.

10. Рефлексія (10 хв). Учасники діляться досвідом.

11. Прощання «Оплески по колу» (5 хв). Ми добре попрацювали сьогодні. Переходимо до наступної гри. Спочатку слід тихо поплескати в долоні, поступово збільшуючи гучність звуку. Психолог починає тихенько плескати в долоні, підходить до учасника, а той вибирає наступного з групи, якому обидва аплодують. Потім третій вибирає четвертого і так далі. Вся група аплодує останньому.

Отже, на цьому занятті усі учні усвідомили, що булінг в класі стосується всіх без винятку його учасників.

*Психопрофілактичне заняття № 3 «Розряд гніву – основа для уникнення жорстоких вчинків у спілкуванні»*



Мета: розвивати навички безпечного реагування на власну агресію та гнів для запобігання виникненню конфліктних ситуацій та ситуацій булінгу в учнівському середовищі; емоційне розвантаження учнів; розвиток емоційної компетентності у школярів.

#### ПЛАН-СХЕМА

1. Привітання (5 хв.) Розповідаємо дітям про різні способи привітань, справжні та ігрові. Дітям пропонується привітатися з плечем, спиною, рукою, носом, щокою. Придумайте свій незвичайний спосіб привітання для сьогоднішнього уроку і привітайте його.

2. Повторення правил групової роботи (5 хв.) Психолог нагадує їм про дотримання правил, прийнятих ними на минулому занятті.

3. Збір очікувань і страхів від занять (5 хвилин).

4. Вправа-розминка «Зв'язок руками» (5 хв). Необхідно об'єднатися в пари, стати один навпроти одного. Без слів, тільки за допомогою рук, потрібно вітатися, прощатися, сваритися, миритися, танцювати. Обговорення: одним словом, що ми щойно робили своїми руками? Так, ми спілкувалися. Кожен день ми з вами вступаємо в різноманітні контакти, і вони можуть бути як приємними, так і не дуже.

5. Вправа «Склянка» (15 хв). Інструкція: Перед вами пластикові склянки, візьміть їх у руки. Закрийте на секунду очі і згадайте конфліктну ситуацію. Кожен із вас відчуває якусь емоцію? Перенесіть це відчуття на келих і зробіть з ним те, що робили б у стані напруги та агресії. А тепер прошу вас спробувати повернути келиху первісний вигляд. Кому вдалося зробити склянку однаковою? (відповіді).

І подивіться, скільки в ньому дефектів? Відбулися значні зміни. Пити можна, але це вже неприємно. Як ви думаєте, про що була ця вправа? Чи можна все відновити після агресивних дій? У кожного з нас був досвід, коли

ми шкодували про сказані слова та вчинки. І справді, коли ображаєш людину, то не замислюєшся про природу людської поведінки, про те, чому вона вчинила саме так, а не інакше. Тому потрібно намагатися контролювати свій стан, щоб потім не шкодувати про власні вчинки.

#### 6. Вправа «Зустріч» (15 хв.)

Мета: вибір більш прийняттого способу розрядки гніву, реагування на негативні емоції. Потрібно зручно сісти, розслабитися, 3-4 рази глибоко вдихнути і заплющити очі. Зачитується інструкція: «У кожної людини в житті виникають певні непорозуміння, які виникають з оточуючими, хтось може нас виснажувати і дратувати. Уявіть, що ви розмовляєте з цією людиною. Уявіть цю людину: вона робить те, що вас дратує. А тепер уявіть, що під час розмови ця людина зменшується у висоті, її голос стає все слабшим, все більш невпевненим. Знижуйте цю людину до тих пір, поки він не здасться вам менш значущим і величним. Тепер спостерігайте за своєю розмовою як би збоку. Яким ти себе бачиш? Як ви бачите ситуацію? Закінчивши вправу, вдихніть 3-4 рази, потягніться і відкрийте очі.

Обговорення: поділіться своїм досвідом із групою. Що було легко, а що важко зробити у цій вправі? Що сподобалось, що не сподобалось? Яка ситуація була представлена? Розкажіть про це - як змінився ваш стан під час виконання вправи? Що ти зараз відчуваєш?

#### 7. Вправа «Листок гніву» (15 хв.)

Інструкція: «Перед вами, шановні школярі, лежить на аркуші паперу. Згадайте ситуацію, коли у вас була неприємна розмова, в якій ви не могли стримати емоцій. Як прибрати (прибрати) неприємний присмак після такої розмови? Візьміть фломастери і чистий аркуш паперу. Невимушено, малюйте абстрактний сюжет - лінії, кольорові плями, фігури. При цьому важливо згадати конфліктну ситуацію і підвести її так, як вам хочеться, в повній

відповідності зі своїм станом. Перенесіть настрої на папір, як би матеріалізуючи його. Закінчив малюнок? А тепер на цьому ж аркуші напишіть 2 - 3 слова, які відображають ваш настрої. Не думай довго. Ваше завдання - виразити свої почуття за допомогою слів, які виникають спонтанно, без особливого контролю з вашого боку. Після цього знову подивіться на свій малюнок, ніби заново переживаючи свій стан, і перечитайте слова. Рвіть свій листок із почуттям звільнення. Зробіть глибокий вдих і на видиху киньте його в урну, розлучіться з ним.

Обговорення вправи. Що ти відчуваєш? Поділіться своїми почуттями.

Всі діти однозначно говорили, що після цього прийому втратили образи на людину, з якою був конфлікт і звільнилися від цього почуття. Висновок: Всього кілька хвилин, і ваш емоційно неприємний стан зникає, перетворюється на малюнок і зникає.

8. Зворотній зв'язок (10 хв.) Що для вас було новим? Що ви дізналися? Що ви отримали для себе? Що сподобалось, а що ні? Прощання (5 хвилин)

Усі учасники стають у коло, кладуть ліву руку на плече сусіда і по черзі дякують сусіду зліва за гарну роботу та висловлюють один одному побажання. Діти зрозуміли причини та наслідки насильства у колективі. Вони навчилися стримувати свої емоції, а навіть якщо з ними і сталася неприємна ситуація, вони вміють її відпускати.

Отже, на цьому занятті учні розвивали навички безпечного реагування на власну агресію та гнів для запобігання виникненню конфліктних ситуацій та ситуацій булінгу в учнівському середовищі; учням вдалося емоційно розвантажитися і вони навчилися контролювати свою агресію.

Мета: сформувати в учасників тренінгу поняття «толерантність»; розвивати соціальну інтуїцію, чуйність, формувати толерантне ставлення до суспільства, оточуючих та відповідних життєвих ситуацій, розвивати навички безконфліктного спілкування, розвивати уяву, творчість.

#### ХІД

1. Привітання (5 хв.) Психолог пропонує учасникам продовжити речення: «Я люблю ..., ...,»; "Мені не подобається.....".

2. Перегляд правила роботи в групах (5 хв.)

3. Збирання очікувань учасників тренінгу (10 хв.) На плакаті зображено кошик для врожаю. Учасникам пропонується написати свої очікування від тренінгу на стікерах у вигляді листочків, що символізують паростки рослин, і розсадити їх навколо кошика.

4. Вправа «Асоціативний кущ» (15 хв.) Мета: засвоєння поняття «толерантність» шляхом розширення її семантичного поля та візуалізації контексту. У центрі листа написано слово «толерантність». Учасники обдумують асоціації до слова та пишуть навколо, як гілки куща.

5. Вправа «Емблема толерантності» (25 хв.)

Мета: розвивати фантазію, виразні здібності самовираження.

Учням пропонується самостійно намалювати таку емблему толерантності, яку можна надрукувати на суперобкладинках, політичних документах, державних прапорах. Процес малювання займає 5-7 хвилин. Після виконання роботи учні розглядають малюнки один одного (для цього можна пройтися по класу). Потім учні можуть сформувати групи, відповідно до малюнків. Кожен учень має самостійно вирішити приєднатись до тієї чи іншої групи. Кожна з підгруп повинна пояснити, що спільного в їхніх малюнках, і висунути гасло, яке відображає суть їхньої емблеми

(обговорення – 3-5 хв.). Завершальним етапом вправи є презентація емблеми кожної підгрупи.

Учні впоралися з цим завданням, і створили три підгрупи у класі. Кожна група презентувала свою емблему, і пояснила значення свого малюнка.

6. Зворотній зв'язок (10 хвилин)

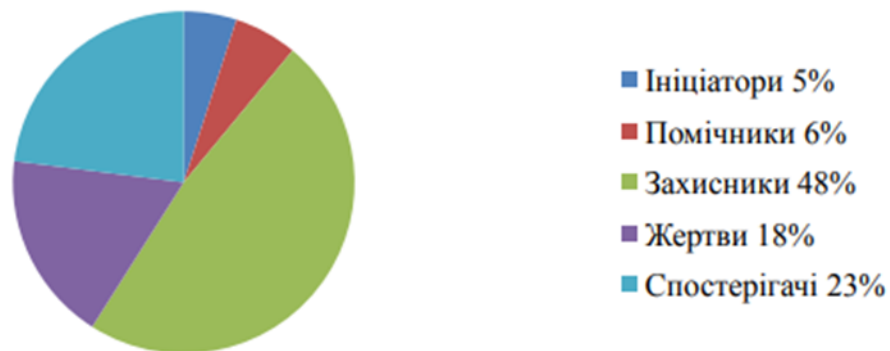
7. Завершення тренінгу (підведення підсумків) (5 хв.)

Отже, враховуючи результати, отримані за допомогою емпіричного дослідження, викладеного у другому розділі кваліфікаційної роботи, актуальним і просто необхідним є розробка психопрофілактичної програми, спрямованої на запобігання виникненню булінгу та кібербулінгу в учнів молодшого шкільного віку і надання подальшого впровадження в навчально-виховний процес загальноосвітніх навчальних закладів, в роботу практичного психолога зі школярами.

Розроблена психопрофілактична програма спрямована на популяризацію моделі ненасильницької поведінки, інформування учнів про проблему булінгу, ознайомлення з його причинами та наслідками, ознайомлення учнів з можливими шляхами вирішення цієї проблеми, формування навичок безпечної поведінки в Інтернеті, розвиток навички безпечного реагування на негативні емоції, а також формування толерантності.

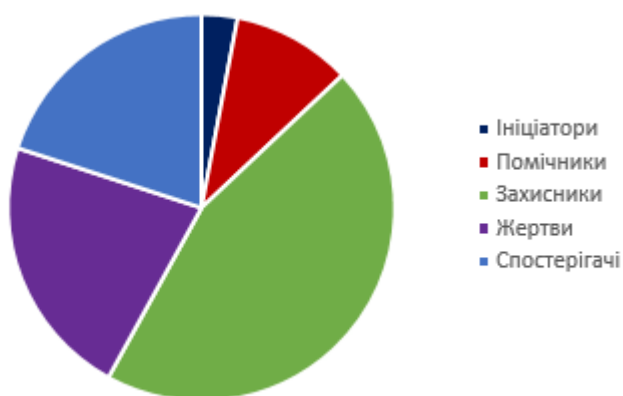
Після реалізації психопрофілактичної програми було проведено повторне опитування за анкетною «Булінг структура». Опитування проводилося в контрольній групі 3 класу та експериментальній групі 2 класу, з яким проводилася програма профілактики булінгу молодших школярів в умовах цифрового суспільства.

Результати щодо булінг-позиції в 3 класі не змінилися, ролі були закріплені, позиція «захисника» (48%), другу позицію займають «спостерігачі» (23%), на третьому місці посідають діти з булінг-позицією «жертви» (18%), четверте місце належить вже «помічникам» (6%) та на останньому місці посідають «ініціатори» (5%)(рис.2.7).



**«Рисунок 2.7 – Булінг структура учнів 3 класу»**

За результатами другого виміру впливає, що у 2 класі 45% - захисники, 22% - жертви, спостерігачі – 20%, 10% - помічники та 3% - ініціатори(див.рис.2.8)



**«Рисунок 2.8. – Булінг структура учнів 2 класів»**

Проаналізувавши результати другого виміру, можна зробити висновок, що програма пропедевтики булінгу молодших школярів в умовах цифрового суспільства вплинула на міжособистісні стосунки у 2 класі, так як після другого виміру підвищилось число захисників та зменшився відсоток агресорів та жертв.

Результати других вимірів експериментальної та контрольної групи відрізняються, якщо раніше вони були схожі, то після реалізації запропонованої програми з пропедевтики булінгу молодших школярів в умовах цифрового суспільства результати експериментальної групи змінились у позитивну сторону.

На позитивний результат у цьому випадку могли вплинути вправи пов'язані з розвитком навичок конструктивного реагування у конфлікті. Дані вправи допомагають опрацьовувати можливі конфлікти в майбутньому та способи поведінки в них, можливі варіанти виходу з конфліктних ситуацій.

Порівнювання результати експериментальної групи з контрольною, можна зазначити, що у контрольній групі не відбулося зниження кількості «жертв» булінгу та самих ситуацій булінгу. З учасниками булінгу не проводилася робота з вирішення конфліктних ситуацій або будь-яких інших робіт з профілактики булінгу, тому немає змін у результатах першого та другого виміру контрольної групи.

Загалом розроблена психопрофілактична програма соціально-психологічного тренінгу сприяла формуванню в учнів ненасильницької моделі поведінки у стосунках з оточуючими, формуванню практичних навичок самоконтролю та розуміння і усвідомлення існуючих способів вирішення проблеми булінгу та кібербулінгу.

## ВИСНОВКИ

Проведені емпіричні та теоретичні дослідження дозволили зробити такі висновки:

1. Встановлено, що булінг – це вид деструктивної поведінки, який характеризується проявом систематичних насильницьких дій щодо жертви, яка не може захиститися від отримання психологічного та фізичного приниження від агресора. Булінг характеризується тим, що агресія є свідомою та цілеспрямованою, а самі агресивні дії систематичними. Також спостерігається дисбаланс сил між агресором і жертвою, жертві важко захиститися.

Кібербулінг – це форма насильства, яка здійснюється через електронні форми контакту. Кібербулінг відрізняється від булінгу тим, що до жертви можна достукатися в будь-який час і в будь-якому місці, він характеризується анонімністю, можливістю фальсифікації, наявністю величезної аудиторії – все це зумовлено специфікою Інтернет-середовища. Встановлено, що булінг та кібербулінг мають значний вплив на всі рівні функціонування особистості в молодшому шкільному віці. На фізіологічному рівні знижується імунітет, погіршується апетит, з'являються скарги на болі в серці, з'являється поганий сон, підвищується стомлюваність, знижується увага і пам'ять, можуть виникнути нервові потрясіння і психосоматичні захворювання. На психологічному рівні знижується самооцінка, психоемоційна нестійкість, тривога, страх, депресія, з'являються характерні ознаки стресу, можуть з'явитися думки про суїцид.



2. Можемо виокремити такі організаційно-педагогічні умови пропедевтики булінгу молодших школярів в умовах цифрового суспільства :

1.Оновлення змісту освіти з акцентом на збільшення навчальної мотивації і попередження соціальної ізоляції та почуття самотності.

2. Попередження загрозливої поведінки силами батьків та родичів дитини.

3. Врахування особливостей дитини (пригніченість, плач без причини, асоціальність поведінки, не має згадок про школу, тощо)

4.Спільна діяльність вчителя і батьків щодо профілактики булінгу.

5.Створення безпечного освітнього середовища в умовах цифрового суспільства.

При врахуванні педагогами цих організаційно-педагогічних умов таке педагогічне явище як булінг стане більш безпечним і не буде нести деструктивних загроз для молодших школярів.

3.Проаналізувавши результати булінг-позицій молодших школярів в булінг-структурі було виявлено, що в учнів других класів булінг-позиції існують в наступній послідовності: позицію «захисника» займають 40% від загальної кількості респондентів, роль «жертви» притаманна 30% опитаних, булінг-позицію «спостерігача» займає 20% молодших школярів, значно менший відсоток школярів займає позицію «ініціатора» (6%) та найменший показник (4%) належить учням других класів, які займають у булінг-структурі позицію «помічника».

В учнів третіх класів перше місце у булінг-структурі також посідає позиція «захисника» (48%), але на відміну від попередніх результатів

тестування, другу позицію займають «спостерігачі» (23%), на третьому місці посідають діти з булінг-позицією «жертви» (18%), четверте місце належить вже «помічникам» (6%) та на останньому місці посідають «ініціатори» (5%).

4. Ми розробили психопрофілактичну програму для учнів, спрямовану на популяризацію ненасильницької моделі поведінки, формування у школярів розуміння та усвідомлення неприпустимості булінгу в освітньому середовищі.

Під час реалізації програми вирішуються наступні завдання:

- інформування учнів про проблему булінгу як прояву жорстокості в учнівському середовищі, ознайомлення з його причинами та наслідками;
- інформування про можливі шляхи протидії цьому явищу в навчальному середовищі;
- розвиток уміння знаходити шляхи вирішення конфліктних ситуацій;
- формування вмінь надавати та отримувати допомогу;
- формування навичок відповідальної та безпечної поведінки учнів в Інтернеті;
- формування навичок захисту від реакції негативних емоцій (агресії, гніву);
- формування толерантного ставлення до оточуючих.

Програма включала чотири соціально-психологічних тренінгів.

5. Після реалізації психопрофілактичної програми було проведено повторне опитування за анкетною «Булінг структура». Опитування проводилося в контрольній групі 3 класу та експериментальній групі 2 класу, з яким проводилася програма профілактики булінгу молодших школярів в умовах цифрового суспільства.

Результати других вимірів експериментальної та контрольної групи відрізняються, якщо раніше вони були схожі, то після реалізації запропонованої програми з пропедевтики булінгу молодших школярів в умовах цифрового суспільства результати експериментальної групи змінились у позитивну сторону.

На позитивний результат у цьому випадку могли вплинути вправи пов'язані з розвитком навичок конструктивного реагування у конфлікті. Дані вправи допомагають опрацьовувати можливі конфлікти в майбутньому та способи поведінки в них, можливі варіанти виходу з конфліктних ситуацій.

Загалом розроблена програма соціально-психологічних тренінгів сприяла формуванню в учнів практичних навичок самоконтролю, формуванню ненасильницької моделі поведінки у стосунках з оточуючими людьми, збагаченню їх компетентності з проблеми кібербулінг та булінг та існуючі шляхи вирішення цієї проблеми.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алексеєнко Т. Явища мобінгу й булінгу у взаєминах особистості та колективу. *Управління освітою*. 2019. № 4. С. 46-53.
2. Андрєєнкова В. Л., Мельничук В. О., Калашник О. А. Протидія булінгу в закладі освіти: системний підхід: методичний посібник. К. : ТОВ «Агенство «Україна», 2019. 132 с.
3. Барліт А.Ю., Барліт О.О. Форми і методи подолання (мінімізації) соціально-педагогічної та психологічної проблеми булінгу в освітньому середовищі. *Горизонти освіти*. 2012. № 2. С. 44–46.
4. Войцях Т.В. Запобігання дитячій жорстокості. К.: Ред. загальнопед. газет, 2013. 120 с.
5. Воронцова Е. Профілактика та подолання булінгу у закладах освіти. Все для студента. 2017. URL: <http://xn-d1acjtrgde.kiev.ua/2017/08/24/profilaktika-ta-podolannya-bulinguuzakladah-osviti/>
6. Галян О. І., Галян І. М. Агресивність як особистісний чинник діяльності вчителя. *Психологія : зб. наук. пр.* 2015. Вип. 9, Ч. 2. С. 222–227.
7. Губко А. А. Шкільний булінг як соціально-психологічний феномен. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Психологічні науки*. 2013. Вип. 114. С. 46–50. URL: [http://nbuv.gov.ua/jpdf/VchdpuPH\\_2013\\_114\\_12.pdf](http://nbuv.gov.ua/jpdf/VchdpuPH_2013_114_12.pdf) (дата звернення: 02.10.2021).

8. Деркач Л. М., Горач Л. В. Проблема булінгу та сором'язливості в сучасному українському освітньому просторі: Міжнародний науковий вісник: Ужгород, 2018. С. 67-78.
9. Дубровська Є., Ясеновська М., Алексєєнко М. Насильство в школі: аналіз проблеми та допомога, якої потребують діти та вчителі у її розв'язанні. К.: ВГО «Жіночий консорціум України», 2009. 34 с.
10. Кленіна К. В. Ціннісні орієнтації учасників булінгу в шкільному просторі. XI Сіверянські соціальнопсихологічні читання: зб. наук. праць за матеріалами XI Міжнародної наукової онлайн-конференції, м. Чернігів, 27 лист. 2020 р. Чернігів: НУ «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка, 2020. С. 120-123.
11. Кормило О. Явище булінгу в освітньому просторі. Проблеми гуманітарних наук. Серія: Психологія, 2015 № 37. С. 174–187.
12. 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.
13. Лапа О.В. Явище кібербулінгу як соціально-педагогічна проблема віртуального спілкування сучасних дітей та молоді. Науковий вісник Національного університету біоресурсів і природокористування України. Серія «Педагогіка, психологія, філософія». 2013. Вип. 192 (1). С. 291-298.
14. Лубенець І. Г. Насильство серед учнів загальноосвітніх навчальних закладів (булінг та його причини): Наука і правоохорона, 2016. № 1. С. 218-223.
15. Лубенець І. Кібернасильство (кібербулінг) серед учнів загальноосвітніх навчальних закладів. Національний юридичний журнал: теорія і практика. 2016. № 3. С. 178-182.

- 16.Лушпай Л. І. Булінг як соціально-педагогічна проблема та шляхи її вирішення. Національний університет «Острозька академія». Серія: Філологічна. 2013. Вип. 33. С. 126-131.
- 17.Лушпай Л. І. Шкільний булінг як різновид суспільної агресії. Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія: Філологічна, 2013. Вип. 33. С. 85–88.
- 18.Любенець І. Г. Насильство серед учнів загальноосвітніх навчальних закладів: кримінологічна характеристика та засоби запобігання: дис. ... , Держ. НДІ М-ва внутр. справ України. Київ. 2017. 266 с.
- 19.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.
- 20.Макарова О.П. Теоретичні аспекти насильства та жорстокого поводження з дітьми 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, 2020. С.302– 305.
- 21.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.
- 22.Найдьонова Л.А. Кібербулінг або агресія в інтернеті: способи розпізнання і захист дитини : методичні рекомендації. К., 2014. 96 с.

23. Національна стратегія розбудови безпечного і здорового освітнього середовища у новій українській школі: Указ Президента України від 25 травня 2020 року № 195/2020. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/195/2020#Text> (дата звернення: 17.06.2022).
24. 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.
25. Плутицька К. М. Підходи до розуміння булінгу як форми шкільного насильства. Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету. Серія: Юриспруденція. 2017. № 29 (2). С. 78-80.
26. 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.
27. Поляруш С. І. Поняття та проблема правового захисту від шкільного булінгу. Актуальні проблеми правової науки і державотворення в Україні в контексті правової інтеграції: матеріали X Міжнар. наук.-практ. конф., присвяч. 100-річчю підготовки охоронців правопорядку в Харкові, м. Суми, 20–21 травня 2017 р. Суми, 2017. С. 211–213.
28. Прибіткова Н. О. Булінг у закладах освіти: поняття, структура, причини та шляхи подолання. Сучасні проблеми правового, економічного та соціального розвитку держави. Харків, 2017. С. 58-61.
29. Про булінг (цькування) та як його подолати. Дітям, молоді та дорослим про важливе. Київ: ДУ «Державний інститут сімейної та молодіжної політики», 2020. 40 с.

30. 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: 20.07.2021).
31. Протидія булінгу в закладі освіти: системний підхід: методичний посібник. Андрєєнкова В.Л., Мельничук В.О., Калашник О.А. Київ: ТОВ Агентство «Україна», 2019. 132 с.
32. Сидорук І. Булінг як актуальна соціально-педагогічна проблема. Науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Розділ V. Соціальна педагогіка. 2015. Вип. 1. С. 169-173.
33. 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.
34. Соціально-педагогічна та психологічна робота з дітьми у конфліктний та постконфліктний період: метод. рек. Уклад: Н. П. Бочкор, Є. В. Дубровська, О. В. Залеська та ін. К. : МЖПЦ «Ла Страда-Україна», 2014. 84 с.
35. Стельмах С. Булінг у школі та його наслідки. Гуманізація навчально-виховного процесу: збірник наукових праць. Вип LVI. Слов'янськ: СДПУ, 2011. С. 431-440.
36. Стельмах С. С. Обдаровані діти як об'єкт булінгу. Навчання і виховання обдарованої дитини: теорія і практика: зб. наук. пр. Вип.8. К.: Ін-т обдарованої дитини, 2012. С. 196–202.
37. Суденко Ю.А. Превенція булінгу в освітньому середовищі. Юридична психологія. 2020. № 2 (27). С. 41-47.



38. Федорченко Т. Є. Рання профілактика негативних проявів у поведінці дітей. Київ : ТОВ «ХІК», 2003. 128 с.
39. Філатова Л. С. Ігрові методи діагностики булінгу як складник педагогічної майстерності вчителя початкових класів. Horizon in The Context of Social Crises : Proceedings of the 7th International Scientific and Practical Conference, Tokyo, February 6-8, 2021. Tokyo: Otsuki Press, 2021. Pp. 355–359.
40. Devoe J. F. Student Reports of Bullying: Results From the 2001 School Crime Supplement to the National Crime Victimization Survey .U.S. 2005.310 p

## Додатки

### Додаток А

#### КОДЕКС АКАДЕМІЧНОЇ ДОБРОЧЕСНОСТІ ЗДОБУВАЧА ВИЩОЇ ОСВІТИ ХЕРСОНЬСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ

Я, Шахова Анастасія Олександрівна,  
учасник(ця) освітнього процесу Херсонського державного університету, **УСВІДОМЛЮЮ**, що академічна доброчесність – це фундаментальна етична цінність усієї академічної спільноти світу.

**ЗАЯВЛЯЮ**, що у своїй освітній і науковій діяльності **ЗОБОВ'ЯЗУЮСЯ**:

- дотримуватися:
  - вимог законодавства України та внутрішніх нормативних документів університету, зокрема Статуту Університету;
  - принципів та правил академічної доброчесності;
  - нульової толерантності до академічного плагіату;
  - моральних норм та правил етичної поведінки;
  - толерантного ставлення до інших;
  - дотримуватися високого рівня культури спілкування;
- надавати згоду на:
  - безпосередню перевірку курсових, кваліфікаційних робіт тощо на ознаки наявності академічного плагіату за допомогою спеціалізованих програмних продуктів;
  - оброблення, збереження й розміщення кваліфікаційних робіт у відкритому доступі в інституційному репозитарії;
  - використання робіт для перевірки на ознаки наявності академічного плагіату в інших роботах виключно з метою виявлення можливих ознак академічного плагіату;
- самостійно виконувати навчальні завдання, завдання поточного й підсумкового контролю результатів навчання;
  - надавати достовірну інформацію щодо результатів власної навчальної (наукової, творчої) діяльності, використаних методик досліджень та джерел інформації;
  - не використовувати результати досліджень інших авторів без використання покликань на їхню роботу;
  - своєю діяльністю сприяти збереженню та примноженню традицій університету, формуванню його позитивного іміджу;
  - не чинити правопорушень і не сприяти їхньому скоєнню іншими особами;
  - підтримувати атмосферу довіри, взаємної відповідальності та співпраці в освітньому середовищі;
  - поважати честь, гідність та особисту недоторканність особи, незважаючи на її стать, вік, матеріальний стан, соціальне становище, расову належність, релігійні й політичні переконання;
  - не дискримінувати людей на підставі академічного статусу, а також за національною, расовою, статевою чи іншою належністю;
  - відповідально ставитися до своїх обов'язків, вчасно та сумлінно виконувати необхідні навчальні та науково-дослідницькі завдання;
  - запобігати виникненню у своїй діяльності конфлікту інтересів, зокрема не використовувати службових і родинних зв'язків з метою отримання нечесної переваги в навчальній, науковій і трудовій діяльності;
  - не брати участі в будь-якій діяльності, пов'язаній із обманом, нечесністю, списуванням, фабрикацією;
  - не підроблювати документи;
    - не поширювати неправдиву та компрометуючу інформацію про інших здобувачів вищої освіти, викладачів і співробітників;
    - не отримувати і не пропонувати винагород за несправедливе отримання будь-яких

- преваг або здійснення впливу на зміну отриманої академічної оцінки ;
- не залякувати й не проявляти агресії та насильства проти інших, сексуальні домагання;
  - не завдавати шкоди матеріальним цінностям, матеріально-технічній базі університету та особистій власності інших студентів та/або працівників;
  - не використовувати без дозволу ректорату (деканату) символіки університету в заходах, не пов'язаних з діяльністю університету;
  - не здійснювати і не заохочувати будь-яких спроб, спрямованих на те, щоб за допомогою нечесних і негідних методів досягати власних корисних цілей;
  - не завдавати загрози власному здоров'ю або безпеці іншим студентам та/або працівникам.

14.11.2021  
(дата)



\_\_\_\_\_  
(підпис)

Шахова Анастасія  
(ім'я, прізвище)

## Додаток Б

### Анкета опитувальник «Булінг-структура молодших школярів»

1. **Твій вік:**
  - а) 7-8 років;
  - б) 9-10 років;
  - в) 11-12 років.
2. **Чи знаєш ти, що таке насильство?**
  - а) так;
  - б) ні.
3. **Чи присутнє насильство в вашій школі?**
  - а) так;
  - б) ні;
  - в) важко відповісти.
4. **Чи знаєш ти, що таке булінг?**
  - а) так;
  - б) ні;
  - в) важко відповісти.
5. **Чи зазнавав ти приниження в школі?**
  - а) так;
  - б) ні.
6. **Якщо зазнавав, то якого?**
  - а) морального;
  - б) фізичного;
  - в) нападу з боку групи;
  - г) в соціальних мережах;
  - д) інше (*написати*) \_\_\_\_\_
7. **Чи був ти свідком чи жертвою булінгу?**
  - а) так;
  - б) ні.
8. **Чи спостерігається явище булінгу в Інтернеті у вашій школі?**
  - а) так;
  - б) ні.
9. **З якими приниженнями ти стикався в школі?**
  - а) образи;
  - б) глузування;
  - в) використання прізвиськ;
  - г) побиття, ляпаси, штовхання;
  - д) словесні;
  - д) інше (*написати*) \_\_\_\_\_

**10. Де на ваш погляд, учні найчастіше стикаються з проявами булінгу?**

- а) по дорозі до школи;
- б) в Інтернеті;
- в) територія за школою;
- г) шкільний коридор;
- г) шкільний туалет.
- д) інше (*написати*) \_\_\_\_\_

**11. Хто найчастіше є агресорами?**

- а) однолітки;
- б) група однолітків;
- в) старшокласник;
- г) група старшокласників.

**12. Найчастіше агресорами є**

- а) хлопці;
- б) дівчата.

**13. Причини агресії, через які деякі учні стають жертвами знущань з боку інших школярів?**

- а) зовнішній вигляд;
- б) фізичні обмеження;
- в) поведінка людини;
- г) національність чи раса;
- г) самопровокування агресії;

д) людина не може за себе заступитися;

е) матеріальний статус;

є) високі досягнення учнів;

ж) учні, активні в житті школи;

з) інше (*написати*) \_\_\_\_\_

**14. Чи були ви в ролі жертви, (коли інші школярі знущалися над вами)?**

- а) так, інколи;
- б) так, декілька разів на місяць;
- в) так, декілька разів на тиждень;
- г) майже щодня;
- г) ні.

**15. Чи зверталися ви по допомогу і до кого саме?**

- а) не звертався (лася) по допомогу;
- б) звертався (лася) до батьків;
- в) звертався (лася) до друзів
- г) звертався (лася) до класного керівника чи вчителів;
- г) звертався (лася) до психолога;
- д) інше (*написати*) \_\_\_\_\_

**16. Чи зустрічали Ви прояви булінгу до школярів з боку вчителів?**

- а) так, постійно
- б) так, але рідко
- в) ні, не зустрічав

**17. Як учителі реагують на випадки булінгу?**

- а) вчителі вимагають припинити сварки;
- в) вчителі не звертають уваги на такі випадки;
- г) вчителі покладають вирішення проблем на самих учнів, не втручаючись в їх стосунки.

**18. Чи вважаєте ви, що дорослі недостатньо допомагають дітям, які є жертвами цькування?**

- а) так
- б) ні
- в) не замислювався про це

**19. Що можна зробити для покращення стосунків у школі?**

- а) взаємне позитивне ставлення один до одного;
- б) нічого не потрібно змінювати;

в) влаштовувати більше поїздок класом та більше спілкуватися між собою;

г) щоб погані учні не заважали вчитися решті;

г) щоб вчителі ставилися однаково добре до всіх учнів;

д) щоб старші не ображали молодших;

е) інше (*написати*) \_\_\_\_\_

**20. Чи знаєте ви, що в Україні діє Закон, який захищає дітей від булінгу?**

- а) так;
- б) ні.
- в) високі досягнення учнів
- г) учні, активні в житті школи
- г) інше (*написати*) \_\_\_\_\_

