УМАНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Факультет соціально-психологічної освіти та фізичної культури
Кафедра соціальної педагогіки, соціальної роботи та консультування

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття освітнього ступеня «бакалавр»

на тему:

СОЦІАЛЬНА РОБОТА З ЖЕРТВАМИ БУЛІНГУ В СЕРЕДОВИЩІ ЗАКЛАДУ ОСВІТИ

Виконав: студент IV курсу р/41 групи
заочної форми навчання
Ксенофонтов Сергій Ігорович
Спеціальність: 231 Соціальна робота
Освітня програма: Соціальна робота (Соціально-психологічне консультування)
Керівник: к.пед.н., доцент Албул І.В.

Умань - 2026

Анотація

«Соціальна робота з жертвами булінгу в середовищі закладу освіти». Мета: теоретичний аналіз та експериментальне дослідження особливостей соціальної роботи, спрямованої на підтримку жертв булінгу та створення безпечного освітнього середовища. Методи дослідження: теоретичні методи (аналіз та синтез, порівняння та узагальнення, моделювання); емпіричні методи (анкетування та тестування, інтерв'ю та бесіда, спостереження, аналіз продуктів діяльності); методи математичної статистики. Доведено, що булінг - діяння (дії або бездіяльність) учасників освітнього процесу, які полягають у психологічному, фізичному, економічному, сексуальному насильстві, а жертвою є учасник освітнього процесу, в тому числі малолітня чи неповнолітня особа, щодо якої було вчинено булінг. Проаналізовано поетапність соціально-педагогічної роботи з дітьми-жертвами булінгу (діагностика, індивідуальна допомога, групова робота); значення співпраці з батьками та просвітницької діяльності. Розроблено програму соціально-педагогічної підтримки учнів, спрямовану на комплексну допомогу жертвам булінгу, відновлення їхнього психоемоційного стану та трансформацію освітнього середовища через просвітництво й превенцію. Основні блоки: просвітницько-превентивний, діагностико-аналітичний, реабілітаційно-корекційний.

Ключові слова: булінг, жертва булінгу, соціальна робота, соціально-педагогічна підтримка, профілактика, безпечне середовище.

Abstract

"Social Work with Victims of Bullying in Educational Settings." Objective: To conduct a theoretical analysis and experimental study of the characteristics of social work aimed at supporting victims of bullying and creating a safe educational environment. Research methods: theoretical methods (analysis and synthesis, comparison and generalization, modeling); empirical methods (questionnaires and testing, interviews and conversations, observation, analysis of activity products); methods of mathematical statistics. It is demonstrated that bullying is an act (action or inaction) by participants in the educational process consisting of psychological, physical, economic, or sexual violence, and that the victim is a participant in the educational process, including a minor or underage person against whom bullying has been committed. The stages of social-pedagogical work with child victims of bullying (diagnosis, individual assistance, group work) have been analyzed, as well as the importance of cooperation with parents and educational activities. A program of socio-pedagogical support for students has been developed, aimed at providing comprehensive assistance to victims of bullying, restoring their psycho-emotional state, and transforming the educational environment through education and prevention. Main components: educational-preventive, diagnostic-analytical, and rehabilitative-corrective.

Key words: bullying, victim of bullying, social work, social and educational support, prevention, safe environment.

ЗМІСТ

ВСТУП……. 4

РОЗДІЛ 1. БУЛІНГ ЯК АКТУАЛЬНА ПРОБЛЕМА СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ……. 8

1.1. Булінг у шкільному середовищі: стан дослідженості та сутність понять…… 8

1.2. Жертва булінгу: сутнісні характеристики……. 14

РОЗДІЛ 2. ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ З ЖЕРТВАМИ БУЛІНГУ…… 18

2.1. Зміст соціально-педагогічної допомоги учням - жертвам булінгу……... 18

2.2. Дослідно-експериментальна робота з виявлення та протидії булінгу у закладі загальної середньої освіти. 30

2.3. Профілактика булінгу як важливий напрям соціально-педагогічної роботи у закладі освіти…… 37

ВИСНОВКИ…… 51

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ……... 54

ДОДАТКИ…… 57

ВСТУП

Актуальність дослідження. Проблема жертви набуває дедалі більшого поширення у сучасному суспільстві. Людина може опинитися в ролі жертви надзвичайно легко й часто несподівано - через незалежні від неї обставини, дії інших людей, екологічні чинники, порушення правил безпеки, нещасні випадки чи злочинні наміри. У науковому дискурсі жертва розглядається як наслідок конкретного факту, події чи ситуації. Однією з таких життєвих ситуацій є булінг. Звернімо увагу на учнів, які стають жертвами булінгу й, за статистичними даними, найчастіше зазнають принижень, знущань та інших проявів агресії в середовищі закладу освіти. У 2025 році в Україні зафіксовано понад 230 випадків булінгу у школах, що на 7% більше, ніж 2024р. У середньому поліція реєструє близько 32-33 протоколи щомісяця, і більшість постраждалих - школярі та підлітки віком 14-16 років. За даними дослідження, підтриманого Міністерством освіти і науки України, понад 51% українських школярів віком 10-14 років стикалися з булінгом, а майже 25% стали жертвами цькування з початку повномасштабного вторгнення [10-12]. Ці вражаючі цифри підтверджують актуальність проблеми булінгу в українських школах та необхідність дієвих заходів для її подолання.

Аналіз наукових досліджень і публікацій. Проблема булінгу у освітньому середовищі є важливою для цілої низки наукових досліджень. Так, дослідниці В.Бондар, Т.Лях та І.Нохріна актуалізують проблему булінгу в закладі середньої освіти, розглядають особливості булінгу (цькування) в закладі середньої освіти, визначають типові ознаки, види булінгу та його чинники. У дослідженні розглядається український досвід профілактики булінгу серед громадського та державного сектору, охарактеризовуються ефективні форми і методи роботи, які спрямовані на профілактику булінгу (цькування) серед підлітків [8]. О.Лісовець аналізує зміст соціально-педагогічної допомоги учням-жертвам булінгу в умовах закладу освіти,

доводить значення комплексності та різнорівневості такої діяльності, виокремлює конкретні етапи соціально-педагогічної допомоги, акцентує увагу на доцільності поєднання традиційних та інноваційних методів впливу [23]. С. Мілінчук розглядає проблему булінгу щодо підлітків в освітньому середовищі в закладах загальної середньої освіти, причини та умови його виникнення, звертає увагу на педагогічні, соціальні, юридичні аспекти досліджуваної проблеми [26]. Дослідниці Л. Нечипорук та Л. Петрук аналізують основні чинники появи такого соціального явища як булінг в підлітковому середовищі, характеризують напрями, зміст та форми роботи щодо протидії булінгу в шкільному середовищі [29]. Г. Поліщук узагальнює класифікацію причин виникнення булінгу та визначає основні напрямки профілактичної роботи щодо його попередження та запобігання [30].

Зважаючи на актуальність проблеми булінгу у освітньому середовищі, на необхідність екстреної допомоги жертві цькувань та створення безпечного середовища, нами і було обрано тему кваліфікаційної роботи **«Соціальна робота з жертвами булінгу в середовищі закладу освіти».**

Мета дослідження: теоретичний аналіз та експериментальне дослідження особливостей соціальної роботи, спрямованої на підтримку жертв булінгу та створення безпечного освітнього середовища.

Об'єкт дослідження: процес соціально-педагогічної підтримки та реабілітації здобувачів освіти, які постраждали від булінгу в освітньому середовищі.

Предмет дослідження: зміст, методи, форми та технології діяльності соціального педагога щодо надання допомоги жертвам булінгу та профілактики повторних випадків цькування в закладі освіти.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати стан дослідженості проблеми булінгу в науковій літературі та розкрити сутність поняття «жертва булінгу» як об’єкта соціальної роботи.

2. Виявити причини та особливості прояву цькування в середовищі закладу освіти, а також психосоціальні наслідки для постраждалих дітей.

3. Визначити напрями та технології діяльності соціального педагога щодо надання допомоги жертвам булінгу.

4. Розробити програму соціально-педагогічної підтримки учнів, які постраждали від булінгу, узагальнити рекомендації для роботи з жертвами булінгу та здійснення профілактичної роботи.

Методи дослідження: *теоретичні методи* (аналіз та синтез під час вивчення наукової літератури, законодавчої бази та нормативних документів закладу освіти, порівняння та узагальнення для зіставлення різних підходів до визначення причин булінгу та методів допомоги жертвам, моделювання для розробки програми соціально-педагогічної підтримки); *емпіричні методи* (анкетування та тестування для виявлення рівня розповсюдженості булінгу, визначення статусу дитини в колективі та її психоемоційного стану (інтерв'ю та бесіда для індивідуального спілкування з постраждалими дітьми, їхніми батьками та вчителями для з'ясування деталей конфліктів, спостереження для безпосереднього відстеження взаємодії учнів під час уроків та на перервах, аналіз продуктів діяльності для вивчення шкільних щоденників, малюнків, постів у соціальних мережах); *методи математичної статистики* (кількісний та якісний аналіз даних для обробки результатів опитувань, підтвердження ефективності впровадженої програми підтримки).

Експериментальна база дослідження: Дослідно-експериментальна робота проводилась на базі Уманської гімназії № 7 Уманської міської ради Черкаської області. Всього у дослідженні взяли участь 24 учні 5-6 класів (ті, хто добровільно зголосився взяти участь у опитуванні). Просвітницько-профілактична робота розповсюджувалась на всі паралелі учнів 5-6 класів.

Теоретична значущість. Теоретична цінність дослідження полягає у визначенні соціально-психологічних чинників, що зумовлюють прояви цькування в освітньому середовищі, та у розкритті психосоціальних

наслідків для дітей, які зазнали булінгу. Це створює основу для розробки моделей соціальної підтримки, що враховують комплексність проблеми.

Практична значущість полягає у створенні комплексної програми соціально-педагогічної підтримки учнів, які постраждали від булінгу, що може бути впроваджена у школах та соціальних службах для підвищення ефективності допомоги. Узагальнені рекомендації щодо роботи з жертвами булінгу та здійснення профілактичної діяльності можуть бути використані соціальними педагогами, психологами та працівниками освітніх закладів як практичний інструментарій у щоденній діяльності.

Апробація дослідження. Результати досліджень оприлюднено на IX Всеукраїнській науково-практичній онлайн-конференції з міжнародною участю «Просоціальна особистість у гендерному вимірі: теоретико-методологічні та прикладні аспекти», яка відбулася 29 травня 2026 року в м. Умань. Матеріали дослідження обговорювалися на засіданнях кафедри соціальної педагогіки, соціальної роботи та консультування Уманського національного університету.

Публікації: Ксенофонтов С.І. Соціальна робота з жертвами булінгу в середовищі закладу освіти. *Збірник наукових праць здобувачів вищої освіти факультету соціально-психологічної освіти та фізичної культури /* Уманський національний ун-т., Ф-т. соц.-психол. освіти та фіз. культури; [голов. ред. Безверхня Г. В. ; редкол.: Кірдан О. Л., Бондаренко Г.В., Матрос О.О. [та ін.]. Умань : УНУ, 2026. Вип. No3. С.115-124.

Структура роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел (42 найменування) та додатків. Загальний обсяг роботи - 62 с., з них: основного тексту - 53 с. Робота містить таблиці та рисунки.

РОЗДІЛ 1
БУЛІНГ ЯК АКТУАЛЬНА ПРОБЛЕМА СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

1.1. Булінг у шкільному середовищі: стан дослідженості проблеми та сутність понять

Сучасні тенденції засвідчують, що суспільство швидко розвивається, люди опановують нові професії, знання, технології, передусім дітям вдається швидше оволодіти смартфонами, а зі зміною часу бути користувачами найновіших соціальних мереж, проводити дедалі більше часу у віртуальному просторі. Внаслідок цього в учнів зменшується зв'язок з родиною і друзями та водночас з'являється «інструмент» завдати шкоди іншій людині, додаткове середовище, де можуть потерпати від образ анонімних користувачів інтернету. Це спричиняє розширення можливостей для застосування булінгу, а переслідування, образи у віртуальній мережі стають серйозною соціальною проблематикою, відтак булери не завжди можуть бути притягненні до відповідальності.

Важливим документом, який регламентує аспекти захисту в закладах загальної середньої освіти як дітей, так і педагогічних працівників від різних форм насилля є Закон України «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню)» № 8584. Документ окреслює саме поняття «булінг», визначає шляхи протидії такому явищу, захист прав дітей та працівників в закладах освіти. Також цей документ вносить зміни до Кодексу України «Про адміністративні правопорушення». Відтепер булінг - це адміністративне правопорушення, яке передбачає несення адміністративної відповідальності, а приховування випадків булінгу будь-ким з працівників закладу освіти передбачає накладення штрафу у розмірі від 50 до 100 неоподаткованих мінімумів доходів громадян, також як міра покарання можливі громадські роботи строком від 20 до 40 годин. В разі чинення правопорушення, а саме скоєння булінгу, дитиною чи підлітком, який не досяг 16 років, штраф зобов'язуються сплатити батьки дитини.

В умовах сьогодення особливо актуальною залишається проблема протидії булінгу серед учасників освітнього процесу в закладах загальної середньої освіти, що сприятиме формуванню умінь, знань та навичок відповідальної, безпечної, свідомої поведінки. Вагому роль має відігравати спільна робота соціального працівника з усім колективом освітнього закладу та налагоджена співпраця із державними структурами, які здійснюють систематичну діяльність у подолання явища булінгу.

Значний внесок у теорію подолання булінгу, дослідження його структури, причин виникнення зробили такі зарубіжні дослідники як Д. Ольвеус, Д. Лейн, Е. Роланд, Е. Міллер, Д. Томпсон. Умови впровадження інноваційних технологій профілактики агресивної поведінки у закладах загальної середньої освіти досліджують: І. Гайдамашко, І. Сидорук., М.Жданова, Н. Заверико, О. Романова, Л. Лушпай, К. Максьом.

Уперше термін булінг (з англ. ‘bully’ - хуліган, забіяка, грубіян, насильник; ‘bullying’ - цькування, залякування, третирування) з’явився на початку 70-х рр. XX ст. у Скандинавії, де група дослідників вивчала явище насильницьких дій в міжособистісному спілкуванні.

Відповідно до Закону України «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню)» булінг - 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 [18, с.178].

Типовими ознаками булінгу (цькування) є: систематичність (повторюваність) діяння; наявність сторін - кривдник (булер), потерпілий (жертва булінгу), спостерігачі (за наявності); дії або бездіяльність кривдника, наслідком яких є заподіяння психічної та/або фізичної шкоди, приниження,

страх, тривога, підпорядкування потерпілого інтересам кривдника, та/або спричинення соціальної ізоляції потерпілого.

Одним з перших науковців, який почав досліджувати явище булінгу був Д. Ольвеус. (Dan Olweus), він визначає сутність терміна «bullying» як, агресивна поведінка, що охоплює небажані, негативні дії, патерни поведінки, що постійно повторюється та характеризується нерівністю влади або сили [42].

Виходячи з цього можна зазначити, що булінг - це системна умисна дія, що полягає у вчиненні психологічного, фізичного, економічного, сексуального насильства, у тому числі із застосуванням мобільних телефонів та мережі інтернет, що здійснюються учнями, рідше самими педагогічними працівниками щодо інших учасників освітнього процесу, наслідком таких дій є заподіяння психічної, фізичної шкоди.

Особливо важливою та актуальною в соціально-педагогічній науці і соціальній роботі є проблема насилля у стосунках між підлітками.

Підлітковий вік, у якому застосовуються найагресивніші форми булінгу, - найскладніший вік, але, водночас, найважливіший період для формування особистості. Діти у цьому віці надзвичайно емоційні, а тому - різкі. Через це їм властива схильність до різких кроків та крайнощів - у тому числі й до жорстокості - психологічного та фізичного насилля щодо членів власних колективів [26, с. 25].

Через булінг в закладах середньої середньої освіти знижується активність мозку та існують ризики так званих масивних розумових блокад; знижується імунітет, що призводить до частих захворювань дитини; учні не можуть більше концентруватися на навчанні, що яскраво спостерігається в освітньому середовищі в умовах школи з високими показниками булінгу; існують проблеми зі сном як у жертв, так і у свідків та переслідувачів; втрачається впевненість у власних силах; ускладнюються соціальні комунікації, страх розмовляти з певними людьми, формується закритість та

боязнь публічності, колишня жертва та булер більшою мірою схильні до самотності.

Булінг серед підлітків має різну природу і характер, проявляється у формі одноразових насильницьких дій та у вигляді постійних знущань. Особливу небезпеку становить психологічне і фізичне насилля. Булінг тісно пов'язаний із такими поняттями, як:

Насильство - застосування силових методів або психологічного тиску за допомогою погроз, свідомо спрямованих на слабких або тих, хто не може чинити опір; панування, влада людини над людиною [26, с. 28].

Виходячи з цього можна зазначити, що насилля - це умисна поведінка, що полягає у вчинені фізичного впливу або порушенні психічної цілісності шляхом примушування або погроз.

Агресія - це дії, спрямовані на порушення фізичної і психічної цілісності людини або групи людей. Агресія - це форма поведінки, яка частково є соціальним навчанням (ЗМІ, однолітки, сім'я) і частково є наслідком агресивності (властивості особистості) [26, с.27]. Хоча агресія в освітньому середовищі існує від часів існування освітнього середовища в умовах школи як інституції, воно сьогодні, під впливом інформатизації, завдяки технічному прогресу, таким пристроям як смартфони та інтернету набирає нового змісту і форм.

Соціальне третирування здійснюється в умовах освітнього середовища з метою формування зверхнього ставлення групи, навіть педагогічного персоналу закладу середньої загальної освіти, до аутсайдера, «жертви», яке відбувається у формі непрямої фізичної та вербальної агресії, а саме: бойкот, ігнорування успішної підготовки до занять зі сторони вчителів, ворожа міміка чи жестикуляція, образливі прізвиська; насміхання над зовнішнім виглядом, видом діяльності, поведінкою дітей, які вирізняються серед однолітків; погрози, приниження тощо.

Новітньою формою протиправної поведінки є кібербулінг, що передбачає напади з метою завдання психологічної шкоди, які здійснюють

через електронну пошту, миттєві повідомлення розгортаються в чатах, на веб-сайтах, у соціальних мережах; діють через текстові повідомлення або зображення (фото, відео); до кібербулінгу належить також терор за допомогою мобільного телефонного зв'язку [16, с.176]. Усі ці поняття відображають різні аспекти такого явища, як булінг.

В українській мові поняттям кібербулінгу позначають процес лютого завзятого нападу, який характеризують дієсловами «провокувати», «дошкуляти», «тероризувати», «цькувати» тощо.

Коли вище перераховані прояви булінгу відбуваються в певному колективі, освітньому середовищі чи в колі однолітків, булер за одну дію негативно може вплинути на одну людина або колектив. Але дії булера можуть мати вплив на молодих людей «жертв», що географічно віддалено проживають один від одного.

Під час кібербулінгу зловмисник розмістивши одну інформацію у соціальній мережі може нанести шкоди, як одному підлітку (створенням групи ненависті до конкретної людини), так і кільком сотням якщо вони перебуватимуть в одній із спільнот у соціальній мережі, що не може не викликати занепокоєння соціальних працівників, педагогів, батьків та інших.

Аналіз висвітлених інцидентів свідчить, що на сьогоднішній день дуже затребуваним залишається цілеспрямований процес на подолання різних форм булінгу в закладах загальної середньої освіти.

Серед сучасних школярів дедалі гостріше постає проблема насильства та тривалих агресивних проявів у міжособистісних стосунках. Йдеться про ситуації, коли самі діти систематично принижують одне одного. Таке явище, відоме як третирування, є особливою формою агресії: сильніший або авторитетний учень переслідує слабшого чи ізольованого. Важливо, що у цих стосунках беруть участь не лише «агресор» і «жертва», а й інші однокласники - як активні, так і пасивні учасники. У педагогічній практиці це явище отримало назву шкільний булінг, який нині розглядається як серйозна соціальна проблема.

Булінг широко поширений у школах. Попри зусилля педагогів щодо його попередження, випадки знущань часто замовчуються, що лише поглиблює проблему та робить прояви агресії жорсткішими. Наслідки булінгу руйнівні:

педагогічні - дезадаптація, низька успішність;

психологічні - розлади, негативне самосприйняття, зниження самооцінки, труднощі соціалізації;

медичні - травми, навіть ризик суїциду.

Булінг має чотири ключові ознаки: агресивна та негативна поведінка; систематичність; нерівність сил та статусу між учасниками; навмисність дій.

Причини булінгу різноманітні: заздрість, помста, прагнення до влади, боротьба за лідерство, неприйняття інших цінностей чи субкультур, агресивність і віктимність, фізичні чи психічні вади жертви, відсутність змістовного дозвілля, бажання самоствердитися або принизити іншого. Він може бути наслідком невдач у навчанні чи соціальному житті, тиску з боку дорослих, протесту проти правил, а також боротьби за статус у групі. У шкільному середовищі булінг часто стає інструментом маніпуляції та контролю над мікросоціумом [15, с. 43].

Рольова структура булінгу має три елементи: булер, або булі: переслідувач, агрессор; жертва; спостерігачі.

На основі практичних спостережень виділяють кілька форм шкільного булінгу:

Фізичний булінг - це навмисні дії, спрямовані на завдання тілесних ушкоджень чи приниження: поштовхи, удари, побиття, образливі жести, псування або крадіжка особистих речей. Ознаками можуть бути синці, гематоми, порваний одяг, часті скарги на біль. Часто діти приховують такі випадки від батьків.

Психологічний булінг - насильство, що впливає на психіку дитини через образи, погрози, переслідування чи залякування. Сюди належить вербальний булінг: постійне використання образливих прізвиськ, поширення

чуток, словесні приниження, бойкот, ігнорування, агресивні жести та інтонації, систематичні кепкування. Наслідки для жертви - замкнутість, нервозність, проблеми зі сном чи апетитом, страхи, відлюдькуватість.

Щодо гендерних відмінностей: хлопці частіше застосовують фізичні форми агресії (бійки, поштовхи), тоді як дівчата схильні до вербального тиску. Проте ця різниця є умовною й не завжди чіткою.

Усе це підкреслює необхідність якісної профілактичної роботи в закладах загальної середньої освіти, спрямованої на попередження та своєчасне виявлення випадків булінгу.

1.2. Жертва булінгу: сутнісні характеристики

У сучасному світі кожна людина може опинитися у статусі жертви доволі легко й часто несподівано. Це може бути наслідком різноманітних чинників: неконтрольованих життєвих обставин, дій інших людей, екологічних проблем, порушення правил безпеки, нещасних випадків чи злочинних намірів. Водночас існує особлива категорія осіб, які не лише потрапляють у ситуації, що роблять їх жертвами, а й постійно відчувають себе такими. Така схильність свідчить про віктимність особистості - психологічну установку, коли людина сприймає себе як постраждалу незалежно від реальних умов.

Саме тому феномен жертви став предметом активного дослідження в різних галузях науки. Медична та клінічна психологія аналізують його з точки зору психічного здоров’я, педагогіка - у контексті виховання та навчання, соціологія - як соціальне явище, що впливає на взаємодію людей у суспільстві. У науковому дискурсі жертва розглядається як результат певної події чи ситуації, що спричинила негативні наслідки для людини. Однією з таких ситуацій є булінг, який дедалі частіше стає предметом уваги дослідників та практиків.

Булінг - відносно нове поняття у сучасній термінології, проте саме явище існує здавна. Воно має масовий характер і охоплює цілу низку проблем: психологічних, соціальних, правових та педагогічних. Сьогодні булінг розглядається як складний соціальний феномен, що проявляється переважно в організованих колективах, зокрема у школах.

Важливо усвідомлювати, що булінг тісно пов'язаний із такими явищами, як насильство, агресія, третирування та цькування. Кожне з цих понять відображає окремий аспект проблеми: від фізичного чи психологічного тиску до соціальної ізоляції та систематичного переслідування. Разом вони формують комплексне уявлення про булінг як багатогранне явище, що потребує глибокого аналізу та ефективних стратегій профілактики [22, с.176-179].

Зупинимось на нормативному визначенні цього поняття, яке прив'язане до освітнього процесу і розглядається як «діяння учасників освітнього процесу, які полягають у психологічному, фізичному, економічному, сексуальному насильству, у тому числі із застосуванням засобів електронних комунікацій, що вчиняються стосовно малолітньої чи неповнолітньої особи або такою особою стосовно інших учасників освітнього процесу, внаслідок чого могла бути чи була заподіяна шкода психічному або фізичному здоров'ю потерпілого» [18].

Основні риси булінгу полягають у його систематичності, нерівності сил та можливостей між учасниками (фізичних, психологічних, соціальних), а також у постійному емоційному приниженні жертви, образі її почуттів, виключенні з групи чи колективу.

Коли булінг виникає в організованому середовищі, він формує особливу булінг-структуру - соціальну систему з чітко визначеними ролями. Традиційно вона включає трьох основних учасників:

переслідувачів (агресорів, булерів), які ініціюють цькування;

жертву, яка зазнає нападів;

спостерігачів (свідків), що стають очевидцями ситуації.

Саме наявність такої структурованої системи відрізняє булінг від інших форм конфліктної взаємодії. У сучасних дослідженнях ця структура розширюється: до переслідувачів додаються їхні помічники та послідовники, а також захисники жертви, які намагаються протидіяти агресії.

У широкому значенні жертвами булінгу можна вважати всіх учасників цієї системи.

Агресори часто самі страждають від негативних наслідків: вони більш схильні до бійок, крадіжок, вживання алкоголю чи куріння, демонструють низьку успішність у навчанні.

Спостерігачі також перебувають у небезпечному становищі. Вони можуть відчувати страх, безсилля, провину за власну бездіяльність. У деяких випадках у них виникає бажання приєднатися до процесу цькування, особливо якщо їхнє ставлення до ситуації ще не сформоване.

Жертви перебувають у постійному стані тривоги, очікуючи нових нападів. Їм властиві уникання конфліктів, соціальна ізоляція, відчуженість, а також нездатність ефективно захищатися від негативних впливів.

Таким чином, булінг - це не лише індивідуальний акт агресії, а ціла соціальна система, яка впливає на всіх її учасників, формуючи небезпечні моделі поведінки та руйнівні наслідки для розвитку особистості й колективу.

Зупинимось на детальній характеристиці саме дітей-об’єктів булінгу, які у вузькому значенні і є безпосередніми жертвами булінгу. Згідно українського законодавства жертвою булінгу визнається «учасник освітнього процесу, в тому числі малолітня чи неповнолітня особа, щодо якої було вчинено булінг (цькування)» [18].

У суспільній свідомості жертва булінгу найчастіше постає як беззахисна, слабка дитина, яка має труднощі у спілкуванні з однолітками або певні фізичні чи психічні особливості. Проте сучасні дослідження та практика переконливо доводять: у ролі жертви може опинитися будь-яка дитина, навіть та, що має друзів, демонструє впевненість у собі й володіє позитивною самооцінкою. Це ускладнює створення чіткої типології жертв

булінгу, адже ризик стати об’єктом агресії існує для кожного, хоча для окремих учнів він значно вищий.

Найчастіше жертвами стають діти з помітними фізичними вадами чи особливостями зовнішності, з нестандартною поведінкою, недостатньо розвиненими соціальними навичками, відмінностями у навчальних досягненнях. Саме ці фактори роблять їх більш уразливими до цькування.

Поведінкові моделі жертв також мають свої особливості. Вони часто уникають місць, де може виникнути небезпека (коридори, сходи, їдальня, подвір’я, санвузли), відмовляються від участі у гуртках чи секціях, пропускають уроки, намагаючись уникнути контакту з агресорами.

Найбільш загрозливим наслідком булінгу є погіршення фізичного та психічного здоров’я дітей. Тривале цькування може призвести до незворотних змін: хронічних захворювань, психоемоційних розладів, стійкої тривожності та депресії.

Важливо наголосити, що наслідки булінгу не зникають із закінченням шкільного періоду. У дорослому житті колишні жертви часто продовжують відчувати його вплив. Дослідження показують, що такі люди мають підвищений рівень депресії, низьку самооцінку, схильність до соціальної ізоляції, тривожність, самотність і внутрішнє занепокоєння. У деяких випадках спостерігається навіть антисоціальна поведінка. Це доводить, що булінг ніколи не має позитивного ефекту й не «загартовує» характер, а навпаки - залишає глибокі психологічні травми.

Таким чином, профілактика булінгу, раннє виявлення жертв та їхня реабілітація – це напрями роботи в учнівському середовищі, які сьогодні набувають все більшої актуальності та необхідності вирішення таких проблем.

РОЗДІЛ 2
ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ З ЖЕРТВАМИ БУЛІНГУ

2.1. Зміст соціально-педагогічної роботи з учнями-жертвами булінгу

Соціальний педагог у сучасному освітньому середовищі виступає не лише спостерігачем чи консультантом, а активним учасником процесу допомоги дітям, які постраждали від булінгу. Його професійна місія полягає у двох ключових напрямах: профілактика - створення умов, що мінімізують ризик виникнення булінгу; власне допомога - надання кваліфікованої підтримки всім учасникам ситуації цькування.

Робота соціального педагога з учнями-жертвами булінгу має бути системною та поетапною.

Етап 1. Виявлення причин і чинників. Фахівець повинен уміти визначати як об'єктивні фактори (наприклад, соціальні умови, особливості колективу), так і суб'єктивні чинники (індивідуальні риси учня, його поведінкові особливості), що провокують прояви насильства.

Етап 2. Діагностика. Цей етап передбачає застосування спеціальних методик, які допомагають сформувати цілісне уявлення про соціально-психологічний клімат у школі. Діагностика може проводитися: на індивідуальному рівні - для аналізу конкретної ситуації, у якій опинилася жертва, та визначення виду допомоги (реабілітаційної чи корекційної); на груповому рівні - для оцінки атмосфери в класі чи закладі освіти загалом.

Етап 3. Моніторинг і оцінка змін. Діагностична робота може бути одноразовою (для швидкого реагування) або періодичною, у форматі моніторингу. Це дозволяє відстежувати динаміку змін, порівнювати результати та оцінювати ефективність застосованих заходів.

Таким чином, соціальний педагог виконує роль координатора та захисника, який не лише допомагає окремим дітям, але й формує безпечне

середовище для всього колективу. Його діяльність спрямована на те, щоб булінг не лише своєчасно виявлявся, а й поступово втрачав ґрунт для існування [23, с.169].

Діагностичні методи та їх застосування у роботі соціального педагога залежать насамперед від вікових особливостей дітей. Проте базовими залишаються опитувальні методи, які дозволяють отримати первинну інформацію про ситуацію.

Схарактеризуємо процес індивідуальної діагностики. Для роботи з конкретною жертвою булінгу найбільш ефективним є метод бесіди. Розмова має бути зосереджена на почуттях дитини та виконувати кілька завдань: зрозуміти біль і переживання, які вона відчуває; переконати, що проблему можна вирішити та надати підтримку; отримати згоду на допомогу; з'ясувати, хто був ініціатором цькування, хто виступав свідком, чи були захисники, а також кого дитина хотіла б бачити своїм другом.

Однак у випадках прихованого булінгу бесіда може бути малоефективною, адже дитина часто боїться, що відвертість погіршить її становище. Тоді доцільно використовувати опосередковані форми комунікації - «скриньку довіри» або електронні ресурси на кшталт поштової чи інтернет-скриньки «Стоп-булінг». Учні можуть анонімно повідомляти про свої проблеми, що допомагає подолати бар'єри у спілкуванні, відновити довіру та отримати необхідну інформацію. Важливо, щоб педагог регулярно переглядав ці повідомлення, забезпечуючи системність і безперервність діалогу.

Щодо діагностики поведінкових критеріїв, то для виявлення ознак булінгу застосовуються методи спостереження та спеціальні психодіагностичні інструменти (наприклад, опитувальник А. Басса і А. Дарки). Соціальний педагог має звертати увагу на: поведінкові особливості: дистанційованість від дорослих і дітей, негативізм під час обговорення теми булінгу, агресивність; емоційні стани: напруженість, страх, образливість, дратівливість, смуток, нестійкий настрій; ознаки фізичного насильства:

регулярні синці, садна, травми, переляканість, уникання школи чи гуртків, агресивні реакції на оточення.

Групова діагностика буде корисною для аналізу міжособистісних стосунків у класі чи групі застосовується метод соціометрії. Він дозволяє визначити: чи має група позитивний або антисоціальний зміст діяльності; чи ґрунтується взаємодія на принципі домінування; як формується групова ієрархія (за силою чи авторитетом); чи досягається соціальний статус через приниження інших. Таким чином, діагностичні методи дають змогу соціальному педагогу не лише виявити факти булінгу, а й зрозуміти його глибинні причини, оцінити психологічний клімат у колективі та визначити ефективні шляхи допомоги й профілактики.

Наступний етап соціально-педагогічної роботи з учнями, які стали жертвами булінгу, полягає у наданні індивідуальної допомоги. Головним завданням цього етапу є подолання у дитини комплексу жертви, що найчастіше досягається шляхом поступового підвищення її самооцінки та формування впевненості у власних силах.

Основні напрями індивідуальної допомоги вибудовуються у певну послідовність:

Соціальний педагог має проводити роз’яснювальну роботу, спрямовану на те, щоб дитина: прийняла свої індивідуальні особливості та навчилася цінувати їх; перестала виправдовувати поведінку агресорів чи пасивних спостерігачів, які нічого не роблять для зупинення цькування; усвідомила, що вона не винна у тому, що стала жертвою булінгу.

Соціальний педагог допомагає дитині: навчитися говорити «ні», щоб агресор не бачив у ній слабкості та отримував рішучу відсіч; формувати впевнену поставу та манеру ходи, замінюючи боязке пересування на впевнені рухи; намагатися перебувати серед інших учнів, а не залишатися наодинці, адже група створює відчуття захищеності; усвідомити власну цінність і значущість, зрозуміти, що її люблять і приймають, навіть якщо вона сама сумнівається у цьому; позбавлятися негативних звичок, які могли

провокувати конфлікти (наприклад, кидання речей інших дітей з парти); розвивати сильні сторони особистості, спираючись на позитивні якості та досягнення.

Такі дії забезпечать психологічний ефект, адже вони спрямовані на відновлення внутрішньої рівноваги дитини, формування впевненості у власних силах та поступове руйнування образу «жертви». Важливо, щоб учень відчував підтримку та розуміння, адже саме це допомагає йому подолати страхи, відновити довіру до оточення та навчитися захищати себе від негативних впливів [23, с. 170-171].

Для того щоб дитина могла нормально розвиватися та поступово виходити з позиції жертви, надзвичайно важливим є її постійне спілкування з однолітками. Це означає створення такого середовища, де учень почуватиметься захищеним і матиме можливість налагоджувати дружні контакти, формувати позитивні соціальні зв’язки.

Велику роль у цьому процесі відіграють батьки, які повинні подбати про розширення соціального досвіду дитини. Йдеться про надання їй додаткових соціальних ролей і можливостей для самореалізації поза межами класу чи школи. Це може бути участь у гуртках, спортивних секціях, творчих студіях, літніх таборах або інших формах позашкільної освіти. Такий підхід допомагає дитині знайти нових друзів і відчути підтримку поза тією групою, де вона зазнає цькування.

Не менш важливим є формування у дитини навичок емоційної стійкості. Учня слід навчити ігнорувати поодинокі випадки глузування, адже вони часто спрямовані саме на провокування реакції. Водночас дитина має навчитися розрізняти безпечні жарти від образливих висловлювань, щоб не сприймати кожну ситуацію як загрозу. Поєднання дружнього середовища, підтримки батьків та розвитку навичок самозахисту створює умови для того, щоб дитина поступово позбавлялася статусу жертви й відчувала себе впевненою та соціально значущою особистістю.

Ігнорування нападок може бути корисним лише як тимчасова тактика, що дозволяє виграти час для осмислення ситуації та вибору подальших дій. Однак цього недостатньо для повного виходу з позиції жертви. Учень має навчитися відкрито висловлювати своє незадоволення, якщо цькування набуває систематичного характеру. Важливо, щоб він поступово формував уміння наполягати на власних інтересах, відстоювати себе у складних обставинах і не залишатися в ролі «вічної жертви». Для цього необхідно допомогти дитині усвідомити свої потреби, зрозуміти межі особистого простору та навчитися їх захищати.

Не менш значущим є інформування учня про ресурси допомоги. Він повинен знати, до кого може звернутися у випадку проблем - це можуть бути вчителі, соціальний педагог, психолог чи інші авторитетні дорослі, які здатні надати підтримку й допомогти знайти вихід із ситуації. Усвідомлення наявності таких людей формує відчуття безпеки та довіри.

Науковці також радять застосовувати тактику налагодження соціальних контактів: спробувати знайти спільну мову з ініціатором булінгу або ж створити дружні стосунки з іншим учнем, який міг би підтримати жертву на рівних. Така горизонтальна підтримка допомагає дитині відчути, що вона не самотня у своїй проблемі.

У крайніх випадках, коли ситуація цькування стає неконтрольованою, можливим рішенням є переведення учня до іншої школи. Це дозволяє змінити соціальне оточення та розірвати негативні зв’язки. Проте важливо пам’ятати: навіть у новому колективі дитина може знову опинитися в ролі жертви, якщо не буде сформовано належних комунікативних навичок. Тому паралельно слід працювати над розвитком уміння спілкуватися, будувати здорові стосунки та впевнено відстоювати власні позиції.

Групова робота соціального педагога з учнями-жертвами булінгу є наступним етапом після індивідуальної допомоги. Вона базується на системі взаємодії між учнями, класним керівником та самим класом як соціальною

групою. Її мета - створити безпечне середовище, де дитина-жертва зможе відчути підтримку та поступово інтегруватися у колектив.

Схарактеризуємо основні напрями групової роботи:

Спільна діяльність педагогів: соціальний педагог разом із класним керівником та іншими вчителями має організовувати заходи, спрямовані на оздоровлення атмосфери в класі, де виявлено випадки булінгу.

Припинення насмішок: будь-які глузування з невдач однокласників повинні негайно зупинятися. Вчителі мають пояснювати неприпустимість такої поведінки та робити суворі зауваження тим, хто насміхається.

Заборона зневажливих висловлювань: педагоги повинні контролювати комунікацію учнів і не допускати образливих чи принизливих коментарів на адресу однокласників.

Особливу увагу варто звертати на підтримку жертви булінгу. Вчителі мають створювати умови, де дитина може проявити себе з позитивного боку. Це може бути доручення відповідальних завдань, участь у важливих проектах чи призначення на серйозні ролі у класних заходах. Такі дії допомагають жертві відчути власну значущість, підвищують її самооцінку та сприяють формуванню впевненості у собі.

Відчутний ефект можуть дати колективні заходи. Для згуртування класу важливо організовувати спільні активності: поїздки, культурні заходи, постановки вистав, спортивні змагання чи творчі проекти. Участь у таких заходах дає можливість кожному учневі проявити свої здібності, самоствердитися завдяки власним талантам і досягненням, а не через приниження інших.

Важливим етапом соціально-педагогічної роботи є спілкування з агресорами. З ними необхідно проводити бесіди, під час яких слід з’ясувати, чому вони переслідують жертву, та звернути їхню увагу на почуття постраждалої дитини. Якщо учні не усвідомлюють серйозності своїх дій, варто наголосити на можливих правових наслідках, включно з кримінальною відповідальністю. Адже реакція всього шкільного колективу на випадки

булінгу є ключовим чинником у подоланні проблеми. Робота з винними учнями може мати різні форми. Іноді з ними встановлюють індивідуальний контакт без погроз, у форматі довірливої розмови. Проте найчастіше застосовується інший підхід: соціальний педагог, працюючи з жертвами, залучає агресорів до процесу вирішення конфлікту. Це дає можливість винним усвідомити наслідки своїх дій і взяти участь у відновленні позитивного клімату в класі. Такий метод особливо ефективний у випадках, коли дитина демонструє стійку схильність до насильницької поведінки.

Не менш важливою складовою групової роботи є проведення комплексу занять для всіх учасників освітнього процесу - учнів, їхніх батьків, педагогів та персоналу закладу. У таких заняттях використовуються інтерактивні методи: ігри, вправи, завдання різного рівня складності. Вони спрямовані на формування доброзичливого, толерантного ставлення до інших людей [23, с. 173].

Важливим інструментом групової роботи соціального педагога є метод групової підтримки (The Support Group Method), відомий також як підхід «Не звинувачувати» («No Blame»). Його розробили у 1991 році британські дослідники Б. Майнс і Д. Робінсон. Сутність цього методу полягає у відмові від традиційного покарання булерів. Натомість він спрямований на відновлення здорових відносин у колективі через створення групи підтримки для жертви. До складу такої групи входять не лише доброзичливі однокласники, а й самі кривдники, свідки та потенційні захисники. Кожен учасник має можливість висловити свої думки та запропонувати способи допомоги жертві, щоб вона почувалася краще. Таким чином відповідальність за вирішення проблеми розподіляється між усіма учасниками групи, а не лише покладається на педагогів.

Ще одним важливим напрямом соціально-педагогічної роботи є налагодження взаємодії з батьками учасників булінгу. Для батьків жертви соціальний педагог надає рекомендації щодо того, як правильно поводитися з дитиною. Зокрема, необхідно проводити з нею відверті бесіди, пояснюючи,

що будь-які прояви насильства є неприйнятними - як щодо неї, так і з її боку. Важливо переконати дитину, що вона може довіряти батькам і відкрито говорити про свої проблеми, адже разом завжди можна знайти рішення. При цьому слід наголосити, що проблема не в самій дитині, і категорично уникати звинувачень у слабкості чи докорів. Такий підхід стимулює дитину до щирого спілкування з батьками. Батьки відіграють ключову роль у формуванні навичок самозахисту. Саме вони можуть навчити дитину правильно реагувати на напади, відстоювати власні межі та захищати себе. Для цього варто разом розбирати конкретні ситуації та продумувати можливі стратегії відповіді кривднику. Не менш важливим є створення сприятливого сімейного клімату. Батьки повинні активно цікавитися життям своїх дітей, брати участь у їхніх справах, чітко розмежовувати прийнятну та неприйнятну поведінку. Вони мають подавати позитивний приклад: уникати фізичної та словесної агресії, вміти слухати й поважати інших, відкрито говорити про власні потреби та почуття, спокійно обговорювати розбіжності. Важливо також виховувати у дітей шанобливе ставлення до будь-яких особливостей інших людей та формувати толерантність.

Поєднання методів групової підтримки та активної взаємодії з батьками створює комплексну систему допомоги жертвам булінгу, спрямовану на відновлення довіри, розвиток навичок самозахисту та формування здорового соціального середовища.

Одним із ключових завдань професійної діяльності соціального педагога є створення умов, що мінімізують ризик виникнення булінгу, а також надання кваліфікованої допомоги всім учасникам ситуацій цькування. Якщо в учнівському середовищі виявляється випадок булінгу, соціальний педагог має бути готовим діяти системно. Для цього необхідно мати розроблену програму соціально-педагогічної допомоги або створити її під конкретну ситуацію. Така програма передбачає кілька послідовних етапів роботи:

Діагностичний етап - спрямований на виявлення фактів булінгу, аналіз його проявів та дослідження булінг-структури в колективі. Це дозволяє зрозуміти, які ролі виконують учасники (агресори, жертви, спостерігачі) та які чинники сприяють розвитку конфлікту.

Індивідуальна допомога - робота безпосередньо з учнями-жертвами булінгу. Вона включає психологічну підтримку, підвищення самооцінки, формування навичок самозахисту та впевненості у власних силах.

Групова робота - організація взаємодії між учнями, класним керівником, учителями та самим класом як соціальною групою. Її мета - створення позитивного мікроклімату, де кожен учень може відчувати себе захищеним і прийнятим.

Співпраця з батьками - ще один важливий напрям діяльності соціального педагога. Взаємодія з родинами учасників булінгу допомагає забезпечити комплексну підтримку дитини, узгодити виховні стратегії та сформувати єдину позицію щодо неприйнятності насильства.

Узагальнюючи вище зазначене, можемо стверджувати, що соціально-педагогічна робота з подолання булінгу - це багаторівневий процес, який охоплює діагностику, індивідуальну підтримку, групову взаємодію та роботу з батьками, забезпечуючи цілісну систему допомоги й профілактики.

Послідовність професійних кроків для спеціалістів у випадках булінгу серед дітей

1. Назвати явище і для дітей, і для дорослих.

У ситуації булінгу важливо, щоб дорослий узяв відповідальність за припинення цькування й прямо назвав проблему - «булінг», «цькування», «насильство». Інакше колектив удаватиме, що нічого серйозного не відбувається. Дорослий має відкрито поговорити з групою, чітко окреслити проблему й пояснити, що систематичні образи, псування речей, бійки чи ігнорування - це не жарти, а насильство. Часто діти не усвідомлюють цього, тому саме дорослий повинен пояснити неприпустимість таких дій. Корисно описати ситуацію з позиції жертви, щоб інші відчули її біль. Це стосується й

педагогів, які іноді легковажно ставляться до цькування. Для кращого розуміння можна навести аналогію з робочим середовищем, де колеги ізолюють і принижують людину. Отже, ключове завдання дорослих - назвати проблему, пояснити її неприпустимість і допомогти колективу усвідомити почуття жертви. Лише тоді можливе реальне вирішення ситуації та зміна поведінки учасників.

2. Дати однозначну оцінку.

Люди різні за інтересами та рисами, але ці відмінності ніколи не повинні бути підставою для насильства чи приниження. Справжня цінність стосунків полягає у вмінні жити й працювати разом, навіть коли хтось здається «несхожим» чи «неправильним».

Приклади «незвичного» - зовнішність, національність, емоції, поведінка, інтереси. Важливо показати дітям, що це не привід для цькування, а ознака унікальності. Та сама риса може оцінюватися по-різному залежно від культури чи часу: мовчазність може здаватися слабкістю або ж мудрістю.

Дорослий, який говорить про це, має щиро поділяти такі переконання. Лише тоді його слова допоможуть дітям зрозуміти: різноманітність - природна, а толерантність і повага є основою здорових стосунків.

3. Визначити булінг як проблему групи.

У випадках булінгу не варто витрачати час на суперечки чи пошук винних. Важливо позначити проблему як спільну для всієї групи: якщо колектив не дбає про здорові взаємини, він «хворіє» насильством. Тому клас має разом працювати над оздоровленням атмосфери.

Такий підхід дозволяє агресорам уникнути публічного осуду й дає шанс проявити себе як конструктивні лідери. Він також знімає протиставлення між жертвами, кривдниками та свідками, об’єднуючи всіх у спільній відповідальності за вирішення проблеми. Це створює відчуття єдності та робить процес більш ефективним і гуманним.

4. Активізувати моральне почуття і сформулювати вибір.

Робота з класом не буде ефективною, якщо діти лише формально підкоряються вимогам учителя. Завдання - вивести їх із «зграйного» азарту до усвідомленої позиції, де вони самі дають моральну оцінку булінгу. Корисно запропонувати учням оцінити власну участь у «хворобі класу» за шкалою: 1 - не беру участі; 2 - іноді роблю, але шкодую; 3 - цькував і буду цькувати.

Важливо не викривати й не звинувачувати, а підкреслити позитив: ніхто не вважає булінг правильним, отже клас можна «вилікувати». Якщо група занадто захоплена насильством, застосовують конфронтаційні методи, наприклад казку про «гидке каченя», де діти мають визначити, ким вони є - жертвою чи переслідувачем. Подібний прийом можна використати й для роботи з батьками, адже роль «злих курей» може закріпитися й змінити особистість дитини.

Головна мета - допомогти учням і дорослим усвідомити, що булінг є «хворобою колективу», яку можна подолати лише спільними зусиллями через моральну оцінку та зміну поведінки.

5. Сформулювати позитивні правила життя в групі і укласти контракт.

Недостатньо лише забороняти старі моделі поведінки — дітям потрібно запропонувати нові. Найкращий момент для цього настає тоді, коли руйнівна динаміка булінгу вже зупинена. Ефективний спосіб - спільно сформулювати прості правила життя в класі, наприклад: «У нашому класі не з’ясовують стосунки кулаками»; «У нашому класі не ображають один одного»; «У нашому класі не залишаються байдужими, якщо двоє б’ються». Правила варто записати на плакаті й підтвердити підписами учнів - це створює відчуття особистої відповідальності («контракт»). Якщо хтось їх порушує, достатньо вказати на плакат із його підписом, що нагадує про власну обіцянку та допомагає підтримувати дисципліну без конфліктів.

6. Моніторинг і підтримка позитивних змін.

Дорослий, який врегульовує ситуацію булінгу, має постійно підтримувати контакт із класом: цікавитися справами, труднощами та надавати допомогу. Така увага створює відчуття безпеки.

Для відстеження змін можна використовувати «лічильник одужання» (камінці чи кнопки, що показують кількість випадків за день), творчі заходи - спектаклі, казки, колажі, або «графік температури» емоційного стану групи. Суть цих дій - показати щирий інтерес і підтримку, допомогти учням усвідомити, що подолання булінгу є спільною справою, яка веде до здорового й дружнього колективу.

7. Гармонізувати ієрархію.

На цьому етапі важливо, щоб кожен учень мав можливість проявити себе, відчути значущість і користь для колективу. Для цього організовують свята, конкурси, походи, командні ігри. Чим довше клас існує у незмінному складі, тим важливіше створювати такі можливості.

Ознакою здорової групової динаміки є гнучкість ролей: у різних ситуаціях лідером може бути різний учень. Чим більше різноманітної діяльності, тим дружнішим стає колектив. Навіть якщо ідеальна система не реалізується, достатньо забезпечити мирне співіснування, а можливості для самореалізації діти можуть знаходити й поза класом.

Важливо, щоб зміни відбувалися не лише серед учнів, а й серед педагогів: перегляд цінностей, стилю взаємодії, системи заохочень і покарань. Необхідно організовувати нові види діяльності та разом із дітьми розробляти правила співжиття, що гарантують безпеку всім учасникам.

Отже, формування здорової групової атмосфери потребує комплексних змін - від створення умов для самореалізації дітей до переосмислення педагогами власних підходів. Це забезпечує профілактику булінгу та розвиток дружнього, згуртованого середовища.

2.2. Дослідно-експериментальна робота з виявлення та протидії булінгу у закладі загальної середньої освіти

З метою виявлення випадків булінгу та рівня його поширення нами була організована і проведена дослідно-експериментальна робота на базі Уманської гімназії № 7 Уманської міської ради Черкаської області. Всього у дослідженні взяли участь 24 учні 5-6 класів (ті, хто добровільно зголосився взяти участь у опитуванні, серед них 14 дівчаток та 10 хлопчиків). Просвітницько-профілактична робота розповсюджувалась на всі паралелі учнів 5-6 класів.

Учням було запропоновано пройти анонімне опитування через google-form, дати відповіді на наступні запитання:

1. Вкажіть Вашу стать (хлопчик чи дівчинка).
2. Чи зазнавали Ви булінгу особисто? (так чи ні).
3. Яких форм булінгу Ви зазнали (заклики не товаришувати; розпуск неправдивих чуток; отримання образливих онлайн-повідомлень від інших дітей; зверхній і принизливий відгук про зовнішність; образливі жарти)?
4. Через що саме Ви зазнавали образ (зовнішність; «дивакувату» поведінку; світогляд, відмінний від думки інших; вподобання чи хобі)?
5. Чи звертались Ви по допомогу?
6. До кого Ви звертались по допомогу (до батьків; до друзів та однолітків, до вчителів)?
7. Чи були Ви свідками булінгу? (так чи ні)

За результатами аналізу отриманих відповідей, ми констатували, що серед 24 опитаних дітей 13 осіб (53%) зізнались у тому, що зазнавали булінгу, серед них 8 (62%) дівчаток та 5 (38%) хлопчиків.

Респонденти зазначили різні форми булінгу, яких вони зазнали, при чому вони не були обмежені у кількості виборів, тобто могли обрати декілька варіантів. Так, найчастіше учні обирали таку форму булінгу, як заклики не

товаришувати з ними або іншими друзями - 26%. Вибір інших варіантів відповідає такому кількісному розподілу: розпуск неправдивих чуток про них - 25%; отримання образливих онлайн-повідомлень від інших дітей - 23%; зверхній і принизливий відгук про зовнішність - 23%; образливі жарти - 21%.

Варто відмітити, що, незважаючи на те, що лише 53% відсотки опитаних учнів зізнались про випадки булінгу стосовно них, про образи від інших зазначили усі респонденти (100%). Так, від образи через зовнішність страждали 32% (8 осіб), при чому дівчаток - 5 осіб (35% від кількості дівчат) та 3 хлопчики (30%). Через «дивакувату» поведінку (активність, сором'язливість, нерішучість тощо) страждали 6 осіб (24%). Насмішки через хобі відчували 5 осіб (22%)

Дослідження показало, що не всі діти звертались по допомогу, лише 64% (15 осіб), з них 9 дівчаток (64%) та 6 хлопчиків (60%). До батьків звертались і дівчатка 48% (4 особи), і хлопчики 33% (2 особи); з друзями ділились 30% дівчаток (3 особи) та 33% хлопців (2 особи); вчителям жалілись 4 особи (27%). Варто наголосити, що 46% опитаних респондентів (11 осіб) були свідками булінгу стосовно інших осіб.

Для виявлення рівня поширення насильства в учнівському колективі ми запропонували учням дати відповіді на запитання анкети (Додаток А); цього разу ми використали підготовлені паперові бланки, в яких учням треба було обрати варіант відповіді (так/ні/не знаю), поставивши позначку «+» у відповідній ячейці таблиці. Анкетування проводилось з тими ж 24 особами (14 дівчаток та 10 хлопчиків). У таблиці 1 ми навели кількісні результати анонімного анкетування учнів.

Таблиця 1.

Кількісні результати анонімного анкетування учнів

Запитання	Так	Ні	Не знаю
1.Як ти вважаєш,чи потрібно реагувати на насильство?	22	1	1
2. Чи є насилля з боку школярів у твоєму класі?	**21**	**-**	**3**
3. Учні, схильні до різноманітних проявів агресивної поведінки та булінгу є у твоєму класі?	**22**	**-**	**2**
4. На вашу думку, психологічне насильство при третируванні переважає над фізичним?	14	3	7
5. Чи завжди суб'єкти, що скоюють насильство є покараними?	4	15	5
6. Особисто ти ставишся до проявів агресії негативно?	20		4
7.Таке негативне явище, як булінг, можна проігнорувати?	3	16	5
8. Булінг, на твою думку, один із найбільш негативних проявів не схвалюваної з боку суспільства поведінки.	9	1	14
9. Негативні звички (куріння,алкоголь,наркотики) - є основним джерелом виникнення булінгу?	3	12	9
10. Як ви думаєте,чи можна уникнути насильства у школі?	2	15	7
11. Ти можеш протистояти тиску з боку булерів?	**4**	**12**	**8**
12. Ти знаєш, до кого звернутись по допомогу у випадку булінгу?	**7**	**13**	**4**
13. Ти зможеш підтримати жертву третирувань та цькувань?	21	-	3

Проаналізувавши результати анкетування, ми дійшли висновку, що переважна кількість респондентів засвідчили прояви насильства у класі (21 особа, 88%) та наявність учнів, схильних до агресії (22 особи, 92%). При

цьому 12 осіб (50%) зізнались, що не можуть протистояти булеру, а 8 осіб (33%) не змогли дати ні ствердної, ні заперечної відповіді, що свідчить також про певну беззахисність дітей.

Особливо нашу увагу привернув той факт, що лише 7 учнів (29%) впевнено заявили, що знають до кого можуть звернутись по допомогу, 13 респондентів (54%) не знають до кого звернутись, 4 особи (17%) - не змогли дати чіткої відповіді, тобто 71% учнів у разі булінгу залишаються сам-на-сам з кривдником.

Розуміючи сутність проблеми, а також з огляду на багатоаспектність освітнього середовища у школі, ми, узагальнивши науково-практичні підходи щодо виявлення та протидії булінгу, розробили макет програми соціально-педагогічної діяльності для реалізації у закладі освіти. Програма націлена на усіх учасників освітнього процесу: учнів, їхніх батьків, вчителів.

Комплексна програма соціально-педагогічної роботи «Безпечний простір»

Мета: надання цілісної допомоги жертвам булінгу, відновлення їхнього емоційного стану та трансформація освітнього середовища через просвітництво й превенцію.

Блок І. Просвітницько-превентивний (Робота на випередження)

- Для учнів: Інтерактивні лекції «Булінг vs Конфлікт», воркшопи з кібербезпеки та створення «Стіни підтримки» (формування культури небайдужості).
- Для вчителів: Семінар-практикум щодо юридичного алгоритму дій при виявленні булінгу та тренінг із ненасильницького спілкування.
- Для батьків: Лекторій «Ознаки цькування» та інформування про адміністративну відповідальність за булінг (ст. 173-4 КУпАП).

Блок ІІ. Діагностико-аналітичний (Виявлення та оцінка)

- Моніторинг середовища: Використання «Скриньки довіри» та проведення анонімного анкетування.

- Індивідуальна діагностика: Соціометрія (місце дитини в класі), тести на рівень тривожності та самооцінку.
- Вивчення ситуації: Індивідуальні бесіди з усіма учасниками конфлікту (жертвою, агресором, свідками).

Блок ІІІ. Реабілітаційно-корекційний (Допомога жертві)

- Психоемоційне відновлення: Заняття з арт-терапії та казкотерапії для зняття стресу й опрацювання травми.
- Формування стійкості: Тренінг «Шлях до впевненості» (рольові ігри, відпрацювання навичок асертивної поведінки та методів саморегуляції).
- Консультування: Регулярна індивідуальна підтримка соціальним педагогом.

Блок ІV. Соціально-інтеграційний (Робота з колективом)

- Медіація: Проведення відновних зустрічей (за згоди сторін) для припинення ворожнечі.
- Створення «Кола підтримки»: Формування навколо жертви групи доброзичливих учнів-волонтерів.
- Групові вправи: Тренінги на згуртованість класу без прямого акценту на конфлікті.

Блок V. Контрольно-результативний

- Повторна діагностика: Перевірка змін у психоемоційному стані постраждалої дитини.
- Пост-супровід: Відстеження ситуації в класі протягом 3-6 місяців для запобігання рецидивам.

Очікувані результати: зниження рівня тривожності у жертви, розвиток навичок самозахисту, підвищення рівня правової грамотності всіх учасників та створення атмосфери довіри в закладі.



Рис 1. Модель «Комплексна програма соціально-педагогічної роботи «Безпечний простір»» [Інфографіка створена за допомогою ШІ: Microsoft Copilot, (2026)].

На основі спостереження за учнівськими колективами ми констатували деяку розрізненість, одноосібність учнів, відсутність стійких дружніх стосунків, постійне занурення у гаджети при мінімальному живому спілкуванні. Як наслідок - відсутність взаємопідтримки, згуртованості, що також може призводити до булінгу, проявів насильства та іншого негативу. Зважаючи на обмеженість у часі, ми не могли зреалізувати усю програму

створення безпечного простору, однак, зважаючи на соціальну дезінтеграцію учнів, ми зосередили свої зусилля на посиленні соціальної інтеграції. Разом з соціальним педагогом та психологом школи ми проводили тренінгові заняття на згуртованість класів без прямого акценту на конфлікті, а також долучились до проведення тренінгу «Шлях до впевненості» (рольові ігри, відпрацювання навичок асертивної поведінки та методів саморегуляції), який був спрямований на формування стійкості, здатності протистояти булінгу, відстоювати свої особисті кордони та власну гідність. Також ми проводили інтерактивні лекції «Булінг vs Конфлікт»; підготували та розповсюджували пам'ятки для учнів, для батьків, для вчителів.

Після проведених заходів ми запропонували учасникам попереднього анкетування ще раз дати відповіді на питання №№2,3,11,12. Результати повторного анкетування наведені у таблиці 2: (до проведення заходів - червоним кольором, після проведених заходів - чорним кольором).

Таблиця 2.

Результати анкетування учнів : порівняльний аспект

Запитання	Так		Ні		Не знаю	
2. Чи є насилля з боку школярів у твоєму класі?	**21**	**20**	**-**	**2**	**3**	**2**
3. Учні, схильні до різноманітних проявів агресивної поведінки та булінгу є у твоєму класі?	**22**	**23**	**-**		**2**	**1**
11. Ти можеш протистояти тиску з боку булерів?	**4**	**9**	**12**	**8**	**8**	**7**
12. Ти знаєш, до кого звернутись по допомогу у випадку булінгу?	**7**	**24**	**13**	-	**4**	-

Так, варто відмітити суттєве збільшення кількості учнів, які відчули впевненість для протистояння тиску з боку булерів (було 4 особи - 17 %,

стало 9 осіб - 38 %). Особливо приємним для нас було виявлення того, що після проведених лекцій та тренінгів усі опитані учні заявили, що знають , до кого можуть звернутися по допомогу у випадку булінгу (було 7 осіб (29%), стало 24 особи (100%). Незначні зміни за іншими показниками ми пояснюємо недостатньо тривалим впливом на ситуацію, короткочасною роботою.

2.3. Профілактика булінгу як важливий напрям соціально-педагогічної роботи у закладі освіти

Заклад освіти відіграє важливу роль у створенні умов для здобуття учнями знань в безпечному освітньому середовищі, формуванні ставлень та навичок, які потрібні, щоб уникнути та запобігти проявам насильства, безконфліктного спілкування, ненасильницької поведінки. Вирішальна роль у профілактиці насильства й проявів булінгу належить соціально-психологічній службі школи.

Проте впоратися з цією проблемою вони можуть тільки завдяки системному підходу та підтримці керівництва школи, батьків, представників місцевих органів влади та громадських організацій, а також із залученням та участі школярів.

Соціально-педагогічна профілактика насильства в учнівському середовищі проводиться на первинному, вторинному й третинному рівнях та має свої особливості. До первинної соціально-педагогічної профілактики булінгу відноситься формування активного стилю життя, який забезпечує реалізацію прав, задоволення потреб та інтересів особистості. Профілактична робота має інформаційний характер, оскільки спрямована на формування в особистості неприйняття та категоричну відмову від маніпуляції в конфліктних ситуаціях.

Науковою спільнотою вирізняються особливості вторинної соціально-педагогічної профілактики насильства в шкільному середовищі. Така

профілактика є груповою і проводиться з метою зміни ставлення особистості до себе та оточення, навчання навичкам поведінки в ситуаціях, які можуть призвести до насильства. Результатом передбачається зміна ставлення школяра до себе та оточуючих, навчання навичкам поведінки в ситуаціях, які можуть призвести до насильства. Вона може здійснюватися шляхом розробки і проведення тренінгів для дітей підліткового віку та учнівської молоді з проблем насильства; тренінгових програм «Рівний - рівному», відновних практик тощо [29; 36; 38].

Профілактика булінгу, реалізована соціальним педагогом серед учнів, здійснюється з метою корекції наявних соціальних девіацій і формування вмінь більш безпечного способу життя, вибудовуванню відносин у класі на основі взаємодопомоги, об'єднання підлітків у процесі спільної особистої й колективно значимої діяльності, зняття протиріч між індивідуальним і груповим. Третинна соціально-педагогічна профілактика спрямована на інтегрування в соціальне середовище підлітків, які потерпіли від насильства або є кривдниками. Цей вид профілактики здійснюється на особистісному рівні й передбачає виявлення причин та особливостей поведінки школяра, які призвели до виникнення проблеми та надання необхідної допомоги командою фахівців.

Науковці зазначають, що робота в закладі освіти щодо профілактики булінгу має бути комплексною [38]. У комплексному підході можна відзначити ключові напрямки: управлінський, просвітницький, корекційно-розвивальний.

Управлінський підхід реалізується керівником закладу освіти та передбачає комплекс заходів, спрямованих на створення безпечного освітнього середовища. Основними його складовими є: аналіз ситуації у закладі (фізичного та соціально-психологічного клімату), зокрема шляхом опитування учнів і працівників щодо відчуття безпеки під час навчання та роботи; формування офіційної позиції закладу щодо булінгу (цькування) та доведення її до відома всіх учасників освітнього процесу; розроблення та

поширення правил поведінки для учнів, батьків і педагогів; визначення обов'язків і відповідальності учасників освітнього процесу у сфері забезпечення безпечної поведінки; проведення інструктажів для працівників, учнів та батьків.

Усі учасники освітнього процесу мають бути ознайомлені з такими аспектами: правила поведінки у закладі освіти; план заходів із запобігання та протидії булінгу; порядок реагування на випадки цькування; процедура подання та розгляду заяв про булінг чи його підозру; діяльність комісії з розгляду випадків булінгу; відповідальність осіб, причетних до проявів цькування.

Зазначена робота здійснюється шляхом ознайомлення учасників освітнього процесу з нормативно-правовою базою щодо превенції насильства; організації зустрічей, круглих столів, семінарів і тренінгів за участю представників правоохоронних органів, соціальних служб, медичних установ та інших організацій; впровадження програм правових знань у формі гурткової чи факультативної роботи; організації занять із психології, створення інформаційних куточків для учнів із переліком установ, до яких можна звернутися у випадку насильства чи правопорушень; проведення командних спортивних змагань, що сприяють розвитку тактильного спілкування та зниженню рівня агресивності; акцентування уваги на психосексуальному вихованні дітей, зокрема на прийнятних формах вираження симпатій; систематичного інформування педагогів та учнів про прояви насильства й можливі наслідки.

Другим, не менш важливим напрямом комплексного підходу є просвітницька діяльність. Вона охоплює обговорення ключових тем: дотримання прав людини, формування толерантної поведінки, запобігання дискримінації, розвиток співробітництва та взаємоповаги. Залучення до цієї роботи громадських організацій, працівників органів ювенальної превенції та шкільних офіцерів поліції дозволяє соціальному педагогу зробити її більш різноманітною та цікавою для дітей.

У результаті просвітницької діяльності всі учасники освітнього процесу повинні бути поінформовані про свої права й обов'язки, усвідомлювати відповідальність за прояви булінгу (цькування), а також знати алгоритм реагування на такі випадки.

Основні форми просвітницької роботи у сфері попередження насильства включають: проведення лекцій; організацію конкурсів, фестивалів та акцій; створення клубів правових знань; проведення лекторіїв із використанням кіно- та відеоматеріалів правового спрямування; функціонування консультативних пунктів на базі закладу освіти, де учні, батьки та педагоги можуть отримати допомогу практичного психолога, соціального педагога чи юриста, а також зустрітися з представниками правоохоронних органів [36, с. 36-39].

Корекційно-розвивальний напрям реалізується через упровадження у школі спеціальних програм, спрямованих на заміну агресивної поведінки дітей конструктивними моделями взаємодії. Це включає тренінги з розвитку соціальних навичок, індивідуальне виявлення та зупинення проявів агресії, формування асертивної поведінки, виховання загальнолюдських моральних цінностей і толерантності. Завданням є не лише корекція вже наявних агресивних форм, а й створення нових позитивних моделей поведінки. Важливим аспектом є також розвиток у педагогів уміння ідентифікувати прояви насильства як у власній діяльності, так і серед учнів, що сприяє формуванню єдиного підходу до проблеми. Особлива увага приділяється подоланню егоцентризму та розвитку емпатії.

У роботі з дітьми, які демонструють агресивні прояви, соціально-педагогічна діяльність спрямовується на корекцію взаємин із соціальним оточенням; подолання егоцентричних рис, характерних для агресорів; розвиток стійкого інтересу до різних видів діяльності; виховання вольових якостей (уміння доводити справу до кінця, досягати мети, контролювати себе у конфліктних ситуаціях); формування навичок уваги та терпіння.

Профілактична робота соціального педагога також охоплює взаємодію з батьками, що здійснюється у формі:

- батьківських зборів – колективне обговорення актуальних питань навчання та поведінки дітей, ухвалення спільних рішень;
- консультацій – індивідуальна допомога психологічної служби щодо проявів булінгу;
- педагогічного консиліуму – комплексне вивчення особистості учня (жертви чи агресора), вироблення єдиної педагогічної позиції та визначення напрямів роботи;
- лекцій різних типів (інструктаж, показ, репортаж, науково-популярна);
- семінарів – активна форма просвіти, що передбачає самостійну роботу батьків і педагогів із літературою, підготовку виступів та обговорення.

У подоланні булінгу важливим є пошук нових підходів до взаємодії з учнями та їхніми батьками. Ефективними є профілактичні програми, спрямовані на навчання дітей і дорослих новим формам поведінки, розвиток стресостійкості та здатності відповідально будувати власне життя. Такі програми включають групові заняття з розвитку комунікативних навичок, профілактики асоціальної поведінки, ознайомлення з основами правових знань, а також вправи, що допомагають у досягненні позитивних життєвих цілей.

Досвід інших країн підтверджує ефективність антибулінгових програм, які нині активно впроваджуються й в Україні. Їхні спільні риси полягають у

регулярному опитуванні учнів щодо поширеності булінгу; обговоренні проблеми на класних, загальношкільних та батьківських зборах; створенні учнями за підтримки дорослих кодексу поведінки; посиленому спостереженні педагогів за учнями під час перерв, у їдальні, на спортивних майданчиках; навчанні педагогічного колективу стратегіям профілактики та втручання у випадках булінгу.

Цінним у соціальній роботі з жертвами булінгу буде інформування щодо розподілу компетентностей різних посадових осіб та профільних установ. Так, суб'єктом реагування в разі настання випадку булінгу (цькування) в закладах освіти, буде: служба освітнього омбудсмена; органи місцевого самоврядування; засновник (засновники) закладів освіти або уповноважений ним (ними) орган; керівники та інші працівники закладів освіти; служби у справах дітей; центри соціальних служб; територіальні органи (підрозділи) Національної поліції України [1].

Міністерство освіти і науки України в питанні превенції та протидії булінгу (цькування) виконує такі ролі:

- розробляє та коригує нормативно-правові акти, що регламентують питання запобігання та протидії булінгу (цькуванню); о
- організовує та спрямовує діяльність щодо профілактики й подолання булінгу шляхом створення та затвердження: плану заходів, спрямованих на запобігання та протидію булінгу в закладах освіти; порядку реагування на випадки цькування; правил застосування виховних заходів.

Міністерство соціальної політики України в питанні превенції та протидії булінгу (цькування) формує політику щодо надання послуги соціальної профілактики.

Державна служба України у справах дітей у питанні превенції та протидії булінгу (цькування) впроваджує профілактичні заходи щодо протидії булінгу (цькуванню) в закладах освіти, а також заходи, спрямовані на розвиток у підлітків життєвих навичок.

Служба у справах дітей здійснює забезпечення безпеки дітей, стосовно яких надійшла інформація про жорстоке поводження з ними або загрозу їхньому життю чи здоров'ю, через:

- негайне оцінювання рівня безпеки дитини здійснюється спільно з уповноваженим підрозділом територіального органу Національної поліції (у межах його компетенції), фахівцем із соціальної роботи чи

іншим надавачем соціальних послуг, а також представником закладу охорони здоров'я. За потреби можуть залучатися й інші спеціалісти;

- у разі необхідності організовується надання дитині медичної допомоги та забезпечується її тимчасове влаштування у безпечні умови;
- вирішується питання соціального захисту малолітньої чи неповнолітньої особи, яка стала учасником ситуації булінгу (цькування). Паралельно проводиться аналіз причин, що призвели до випадку насильства, та вживаються заходи для їх усунення.

Місцеві органи управління освітою (засновники закладу освіти) в питанні превенції та протидії булінгу (цькування)

- сприяють формуванню безпечного освітнього середовища у закладах освіти;
- організовують та підтримують проведення інформаційно-просвітницьких заходів, спрямованих на захист прав і свобод учнів, розвиток у них життєвих цінностей, формування моделей поведінки, що запобігають булінгу (цькуванню);
- здійснюють контроль за реалізацією плану заходів, спрямованих на профілактику та протидію булінгу в освітньому закладі;
- відстежують дотримання принципу недискримінації, забезпечуючи відсутність будь-яких привілеїв чи обмежень за ознаками раси, кольору шкіри, політичних чи релігійних переконань, статі, віку, інвалідності, етнічного та соціального походження, сімейного чи майнового стану, місця проживання, мови або інших характеристик; сприяють організації навчання педагогічних працівників, спрямованого на запобігання та протидію проявам насильства й булінгу;
- упроваджують міжнародні програми, що мають на меті профілактику та подолання будь-яких форм насильства й цькування;
- сприяють створенню осередків національно-патріотичного виховання (зокрема первинних ланок гри «Сокіл» («Джура»)) у закладах освіти та

організовують спільно з громадськістю заходи, які навчають дітей навичкам здорового й безпечного способу життя, а також протидії насильству та булінгу.

Місцеві органи управління освітою (засновники закладу) у разі отримання заяви чи повідомлення про випадок булінгу:

- розглядають скарги щодо відмови у реагуванні на випадки цькування, подані учнями, їхніми батьками, законними представниками чи іншими особами, та ухвалюють рішення за результатами розгляду;
- вживають заходів для надання соціальних і психолого-педагогічних послуг здобувачам освіти, які стали кривдниками, свідками або постраждали від булінгу.

Заклади освіти в питанні превенції та протидії булінгу (цькування) виконують такі ролі:

Роль керівника закладу освіти:

- сприяє здоровому способу життя здобувачів освіти та працівників закладу освіти;
- забезпечує створення у закладі освіти безпечного освітнього середовища, вільного від насильства та булінгу (цькування);
- розробляє, затверджує та оприлюднює план заходів, спрямованих на запобігання та протидію булінгу (цькуванню) в закладі освіти.

Керівник закладу освіти в разі отримання заяви або повідомлення про випадок булінгу (цькування):

- протягом доби невідкладно інформує територіальний орган (підрозділ) Національної поліції України, а також принаймні одного з батьків чи законних представників малолітньої або неповнолітньої особи, яка стала учасником випадку булінгу (цькування).
- розглядає заяви про булінг (цькування), подані здобувачами освіти, їхніми батьками, законними представниками чи іншими особами, ухвалює рішення про проведення розслідування та скликає засідання комісії з розгляду випадків булінгу не пізніше ніж через три робочі дні

після отримання заяви чи повідомлення. За результатами розслідування приймає відповідні рішення та вживає заходів реагування.

- у разі необхідності викликає бригаду екстреної медичної допомоги для надання дитині невідкладної медичної допомоги.
- повідомляє службу у справах дітей для вирішення питання соціального захисту малолітньої чи неповнолітньої особи, яка стала стороною булінгу, а також для з'ясування причин, що призвели до випадку цькування, та вжиття заходів щодо їх усунення.
- інформує центр соціальних служб з метою оцінювання потреб сторін булінгу, визначення необхідних соціальних послуг і методів соціальної роботи, забезпечення психологічної підтримки та надання допомоги на рівні громади.
- забезпечує реалізацію заходів, спрямованих на надання соціальних та психолого-педагогічних послуг здобувачам освіти, які вчинили булінг, стали його свідками або постраждали від цькування.

Роль соціального педагога закладу освіти:

- сприяє вихованню у здобувачів освіти відповідальної поведінки, формуванню культури здорового способу життя та збереженню репродуктивного здоров'я;
- допомагає запобігати виникненню конфліктних ситуацій під час освітнього процесу;
- розробляє та реалізує профілактичні й інформаційно-освітні заходи у закладах освіти, спрямовані на захист прав і свобод дітей, розвиток у них ціннісних життєвих навичок та моделей поведінки;
- надає учасникам освітнього процесу інформацію про контактні дані Національної поліції, психологів, медичних працівників, гарячих ліній, куди можна звернутися у випадку, якщо дитина стала жертвою чи свідком булінгу.

Соціальний педагог закладу освіти в разі отримання заяви або повідомлення про випадок булінгу (цькування):

- бере участь у наданні допомоги постраждалим від насильства та іншим сторонам булінгу;
- сприяє захисту прав здобувачів освіти від будь-яких видів і форм насильства, представляє їхні інтереси у правоохоронних і судових органах тощо.

Роль практичного психолога закладу освіти:

- реалізує програми розвитку, профілактики, просвітництва та корекції, спрямовані на підтримку учнів;
- сприяє формуванню у здобувачів освіти відповідальної та безпечної поведінки у ситуаціях ризику, а також навичок здорового способу життя;
- працює над запобіганням усіх видів і форм насильства та конфліктів серед учнів;
- надає допомогу дітям, які постраждали від насильства, забезпечуючи їх підтримку та супровід;
- формує у здобувачів освіти небайдуже ставлення до постраждалих, виховуючи співчуття та готовність до взаємопідтримки.

Педагогічні працівники закладу освіти зобов'язані:

- сприяти розвитку здібностей здобувачів освіти, формуванню навичок здорового способу життя, дбати про їхнє фізичне і психічне здоров'я.
- захищати здобувачів освіти під час освітнього процесу від будь-яких форм фізичного та психологічного насильства, приниження честі і гідності, дискримінації за будь-якою ознакою.

Громадський нагляд (контроль) у сфері освіти мають право:

- проводити моніторинг та оприлюднювати результати, зокрема, щодо випадків булінгу (цькування) в закладах освіти та заходів реагування на такі випадки, вжитих керівництвом закладу освіти або його засновником.

Педагогічні працівники та інші особи, які залучаються до освітнього процесу, у разі отримання заяви або повідомлення про випадок булінгу (цькування) зобов'язані:

- негайно інформує керівництво закладу освіти про випадки булінгу (цькування), що стосуються учнів, педагогів чи інших учасників освітнього процесу, якщо був свідком особисто або отримав відповідну інформацію від інших осіб;
- вживає термінових заходів для припинення небезпечного впливу на учасників освітнього процесу;
- за потреби надає домедичну допомогу та викликає бригаду екстреної (швидкої) медичної допомоги для забезпечення невідкладної медичної допомоги;
- у разі необхідності звертається до територіальних органів Національної поліції України для реагування на випадки булінгу (цькування).

Підрозділи ювенальної превенції Національної поліції України в питанні превенції та протидії булінгу (цькування) виконують наступне:

- проводять профілактичну роботу, спрямовану на запобігання вчиненню дітьми кримінальних та адміністративних правопорушень, виявляють причини й умови, що цьому сприяють, та в межах своєї компетенції вживають заходів для їх усунення;
- планують і реалізовують профілактичні заходи у дитячому середовищі з метою запобігання негативним явищам серед учнів;
- беруть участь у заходах, спрямованих на запобігання дитячій бездоглядності та правопорушенням;
- інформують громадськість, зокрема батьків та законних представників, про кримінальну й адміністративну відповідальність за булінг (цькування);
- організовують спеціальні наради із залученням представників соціальних служб, охорони здоров'я, освіти, прокуратури, громадських

та інших організацій для обговорення шляхів профілактики випадків самоушкоджень серед дітей, які постраждали від булінгу;

- залучають громадські об’єднання та дитячо-молодіжні організації до проведення спільних інформаційно-профілактичних заходів, зокрема під час відзначення Міжнародного дня протидії булінгу;
- організовують зустрічі з батьками та педагогами для розроблення механізмів боротьби з булінгом, його раннього виявлення та запобігання;
- надають учасникам освітнього процесу інформацію про контактні дані ювенальних поліцейських, психологів, гарячих ліній, куди можна звернутися за консультацією у випадку, якщо дитина стала жертвою чи свідком цькування.

Підрозділи ювенальної превенції Національної поліції України в разі отримання заяви або повідомлення про випадок булінгу (цькування):

- приймають та розглядають усні й письмові заяви (скарги, повідомлення) щодо випадків булінгу (цькування);
- перевіряють достовірність отриманої інформації, визначають рівень загрози для постраждалої дитини та інших учасників освітнього процесу;
- вживають заходів для запобігання та припинення протиправних дій стосовно учнів;
- встановлюють можливих учасників булінгу, збирають необхідні матеріали, а за потреби оформлюють документи про адміністративне правопорушення;
- співпрацюють з іншими підрозділами Національної поліції України.

Центри надання соціальних послуг / Центри соціальних служб надають послугу соціальної профілактики; здійснюють оцінювання потреб сторін булінгу (цькування), визначає соціальні послуги та методи соціальної роботи, забезпечує психологічну підтримку та надання соціальних послуг; надають

соціальні послуги відповідно до державних стандартів соціальних послуг з урахуванням виявлених потреб сторін булінгу.

Громадські об'єднання в питанні превенції та протидії булінгу (цькування) (за згодою) беруть участь у навчанні працівників закладів загальної середньої освіти щодо методів запобігання та протидії проявам насильства та булінгу (цькування).

Служба освітнього омбудсмена в питанні превенції та протидії булінгу (цькування)

- має право аналізувати дотримання законодавства стосовно учасників освітнього процесу, які постраждали від булінгу (цькування), стали його свідками або вчинили булінг (цькування);
- має право здійснювати перевірку заяв про випадки булінгу (цькування) в закладі освіти, повноту та своєчасність заходів реагування на такі випадки з боку педагогічних, науково-педагогічних, наукових працівників, керівництва та засновника закладу освіти;
- має право аналізувати заходи для надання соціальних та психолого-педагогічних послуг здобувачам освіти, які постраждали від булінгу (цькування), стали його свідками або вчинили булінг (цькування).

Державна служба України у справах дітей у питанні превенції та протидії булінгу (цькування) здійснює координацію заходів та інформаційне забезпечення служб у справах дітей щодо забезпечення безпеки дітей, стосовно яких надійшла інформація про жорстоке поводження з ними або загрозу їхньому життю чи здоров'ю.

Національна соціальна сервісна служба України у питанні превенції та протидії булінгу (цькування) здійснює заходи з державного нагляду (контролю) за якістю надання соціальних послуг.

Заходи виховного впливу - це заходи, які забезпечують корекцію поведінки сторін булінгу (цькування), зокрема виправлення деструктивних реакцій та способів поведінки у взаємостосунках. В закладі освіти такі заходи реалізуються педагогічними працівниками закладу освіти; фахівцями служби

у справах дітей; фахівцями центру надання соціальних послуг / центру соціальних служб; залученням потрібних фахівців із надання правової, психологічної, соціальної та іншої допомоги; територіальними органами (підрозділів) Національної поліції України; іншими суб'єктами реагування на випадки булінгу (цькування).

Практичний психолог і соціальний педагог здійснюють психологічний та соціально-педагогічний супровід застосування заходів виховного впливу у групі (класі), у якій (якому) стався випадок булінгу (цькування), зокрема:

- діагностику рівня психологічної безпеки та аналіз її динаміки;
- розроблення програми реабілітації для потерпілого (жертви) та її реалізацію із залученням батьків або інших законних представників малолітньої або неповнолітньої особи;
- розроблення корекційної програми для кривдника (булера) та її реалізацію із залученням батьків або інших законних представників малолітньої або неповнолітньої особи;
- консультативну допомогу всім учасникам освітнього процесу [1].

У разі відсутності практичного психолога та соціального педагога супровід застосування заходів виховного впливу здійснюють працівники служби у справах дітей та центру соціальних служб у випадку їхньої наявності на території громади. Також підрозділи ювенальної превенції Національної поліції України проводять індивідуально-профілактичну роботу та супроводження щодо недопущення таких випадків.

ВИСНОВКИ

У кваліфікаційній роботі представлено результати теоретичного аналізу та експериментального дослідження особливостей соціальної роботи, спрямованої на підтримку жертв булінгу та створення безпечного освітнього середовища. Зреалізовані мета та завдання дослідження дозволили сформулювати наступні висновки:

1. Доведено, що булінг (цькування) — це дії або бездіяльність учасників освітнього процесу, що проявляються у формах психологічного, фізичного, економічного чи сексуального насильства, включно з використанням електронних комунікацій. Такі дії можуть бути спрямовані проти малолітньої чи неповнолітньої особи або здійснюватися нею щодо інших учасників освітнього процесу. Наслідком булінгу є ймовірне або фактичне завдання шкоди психічному чи фізичному здоров'ю постраждалого. Основні ознаки булінгу: систематичність та повторюваність дій; наявність сторін конфлікту: кривдник (булер), потерпілий (жертва) та, за потреби, спостерігачі; дії чи бездіяльність кривдника, що призводять до психологічної та/або фізичної шкоди, приниження, виникнення страху, тривожності, підпорядкування інтересам кривдника або соціальної ізоляції потерпілого.

2. Встановлено, що згідно українського законодавства жертвою булінгу визнається «учасник освітнього процесу, в тому числі малолітня чи неповнолітня особа, щодо якої було вчинено булінг (цькування)». Наслідками є зниження активності мозку, ризики так званих масивних розумових блокад; зниження імунітету, що призводить до частих захворювань дитини; зменшення концентрації на навчанні; проблеми зі сном як у жертв, так і у свідків та переслідувачів; втрата впевненості у власних силах; ускладнення соціальних комунікацій, страх розмовляти з певними людьми, закритість та боязнь публічності, схильність до самотності як жертви, так і булера.

Результати проведеної дослідно-експериментальної роботи засвідчили прояви насильства у класі (88% відповідей) та наявність учнів, схильних до агресії (92% відповідей); незмогу протистояти булеру (50%). Більшість дітей не знають, до кого можуть звернутись по допомогу (54%), залишаються сам-на-сам з кривдником. Такі дані підтвердили необхідність професійного реагування на наявні випадки булінгу та проведення систематичної профілактичної роботи.

3. Визначено, що одним із ключових завдань професійної діяльності соціального педагога є запобігання умовам виникнення шкільного булінгу та надання кваліфікованої допомоги його учасникам. У випадку виявлення фактів цькування в учнівському середовищі соціальний педагог має володіти готовою програмою соціально-педагогічної підтримки постраждалих учнів або бути здатним оперативно розробити індивідуальну програму відповідно до конкретної ситуації. Соціально-педагогічна робота з дітьми-жертвами булінгу реалізується поетапно: діагностичний етап – спрямований на виявлення випадків булінгу та аналіз структури взаємин у колективі; індивідуальна допомога – надання підтримки учням, які зазнали цькування; групова робота – організація взаємодії між учнями, класним керівником, учителями та класним колективом. Важливим напрямом діяльності соціального педагога є також налагодження співпраці з батьками учасників булінгу, що забезпечує комплексний підхід до вирішення проблеми та підвищує ефективність профілактичної роботи.

4. Розроблено програму соціально-педагогічної підтримки учнів, метою якої було визначено комплексну допомога жертвам булінгу, відновлення їхнього психоемоційного стану та трансформація освітнього середовища через просвітництво й превенцію. Основними блоками програми було виокремлено просвітницько-превентивний (формування культури небайдужості серед учнів, підвищення правової грамотності вчителів і батьків, розвиток навичок ненасильницької комунікаці); діагностико-аналітичний (моніторинг учнівського середовища, індивідуальна діагностика

рівня тривожності та самооцінки, аналіз взаємин у класі); реабілітаційно-корекційний (психоемоційне відновлення через арт- і казкотерапію, тренінги впевненості, індивідуальне консультування).

Соціально-педагогічна профілактика насильства в учнівському середовищі проводиться на первинному, вторинному й третинному рівнях та має свої особливості. Робота в закладі освіти щодо профілактики булінгу має бути комплексною та проявлятися у таких напрямках, як управлінський, просвітницький, корекційно-розвивальний. Особливого значення набуває просвітницька робота, спрямована на усвідомлення принципів дотримання прав людини, толерантної поведінки, недискримінації, співробітництва та взаємоповаги тощо. Результативності сприятиме залучення соціальним педагогом до просвітницької діяльності громадських організацій, працівників органів ювенальної превенції, шкільних офіцерів поліції та ін.

Перспективами подальших досліджень є порівняння українського досвіду протидії булінгу з європейськими та світовими практиками, що дозволить адаптувати ефективні моделі соціально-педагогічної підтримки до національного контексту; дослідження можливостей використання цифрових інструментів (онлайн-платформи, мобільні додатки, інтерактивні тренінги) для діагностики, профілактики та реабілітації жертв булінгу; інтеграція соціально-педагогічних, психологічних, правових та медичних аспектів у комплексні програми підтримки, що забезпечить більш цілісний підхід до проблеми.

Список використаних джерел

1. Алгоритм взаємодії щодо превенції булінгу в закладах освіти. URL: https://mon.gov.ua/news/alhorytm-vzaiemodii-shchodo-preventsii-ta-protydii-bulinhu-v-zakladakh-osvity
2. Безпалько О. В.Соціальна педагогіка. Київ: Альма-матер, 2014. 312 с.
3. Безпечно повідомити про булінг у школі стало набагато простіше URL: https://mon.gov.ua/news/bezpechno-povidomyty-pro-bulinh-u-shkoli-stalo-nabahato-prostishe
4. Близько 100 справ щодо булінгу в українських школах на рік. URL: https://opendatabot.ua/analytics/bullying-in-school-2023
5. Бондар В. І., Харьківська Т. А. Стратегії реагування на булінг та конфлікти у закладах освіти: порівняльний аналіз ефективності підходів. *Соціальна робота та освіта*. 2025. Том 12, № 2. С. 173-181.
6. Бондар В. І. Соціально-педагогічні підходи до профілактики мобінгу та булінгу: порівняльний аспект. *Соціальна робота та психологія: освіта і наука.* 2025. № 2. С. 5-9.
7. Бондар В. І. Деструктивні конфлікти та їх роль у поширенні булінгу серед студентської молоді в умовах соціальних трансформацій. *Ввічливість. Humanitas*. 2025. № 6. С. 21-28.
8. Бондар В., Лях Т., Нохріна І. Системний підхід до профілактики булінгу в закладі загальної середньої освіти. *Ввічливість. Humanitas*. 2023. № 2. С. 3-11.
9. Борщевська А. В. Булінг у школах як чинник психічного нездоров'я. *Наук. вісн. Міжнар. гуманітар. ун-ту : зб. наук. пр. Сер: Медицина*. 2014. Вип. 6. С. 48-52.
10. Булінг і толерантність у школах: результати двох хвиль масштабного всеукраїнського опитування вчителів. URL: https://mon.gov.ua/news/bulinh-i-tolerantnist-u-shkolakh-rezultaty-dvokh-khvyl-masshtabnoho-vseukrainskoho-opytuvannia-vchyteliv
11. Булінг та кібербулінг у підлітковому середовищі. Статистичні дані щодо булінгу серед підлітків України. URL: https://www.unicef.org/ukraine/sites/unicef.org.ukraine/files/2020-02/bullying3.pdf
12. Булінг та толерантність у закладах освіти під час війни: дослідження URL: https://osvita.ua/school/reform/92534/
13. Булінг у дитячому середовищі: причини, наслідки та шляхи його подолання URL: https://znvk68.wixsite.com/znvk68site/buling
14. Види булінгу та кібербулінгу. URL: https://edu.bullyingstop.org.ua/article/4
15. Годецька Т. Булінг як соціально-психологічний феномен. *Директор школи, ліцею, гімназії*. 2018. № 2. С. 40-47.

16. Гретченко Л. Кібербулінг в закладі освіти: найбільш поширені прояви порушень та алгоритми дієвого реагування. *Безпека дітей в Інтернеті: попередження, освіта, взаємодія*: зб. матеріалів ІІ Всеукр. наук.-практ. конф., м. Кропивницький, 06-10 лютого 2023 року. Кропивницький: КЗ «КОІППО імені Василя Сухомлинського». 2023. С. 175-181.
17. Деякі питання реагування на випадки булінгу (цькування) та застосування заходів виховного впливу в закладах освіти: наказ МОН України, 2019. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0111-20#Text
18. Закон України «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню)». URL:https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2657-19
19. Закон України «Про освіту» URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19?find=1&text=%D0%B1%D1%83%D0%BB%D1%96%D0%BD%D0%B3#Text
20. Капітоненко О. В., Леонтьєва І. В. Навчання без насилля: феномен шкільного булінгу. *«Молодіжна наука в Україні: виклики та перспективи»: матер. всеукр. науково-практ. конф*. (м. Київ, 17 лют. 2017 року). Київ. 2017. С. 32-35.
21. Клименко Ю. О., Сайко Н. О., Лимар Ю. М. Профілактика булінгу в шкільному середовищі. *Психолого-педагогічні науки*. 2020. № 3. С.64-69.
22. Кормило О. Явище булінгу в освітньому просторі. *Проблеми гуманітарних наук. Сер.: «Психологія»*. 2015. Вип. 35. С. 174-187.
23. Лісовець О. Зміст соціально-педагогічної допомоги учням-жертвам булінгу. *Науковий вісник Ужгородського університету*. 2022. Вип.1 (50). С.169-173.
24. Лушпай Л. І. Булінг як соціально-педагогічна проблема та шляхи її вирішення (на прикладі досвіду середніх загальноосвітніх шкіл Великої Британії). *Українознавчий альманах*. 2010. Вип. 4. С. 126-131.
25. Лушпай Л. І. Шкільний булінг як різновид суспільної агресії. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Філологічна»*. 2013. Вип. 33. С. 85-89.
26. Мілінчук С. Булінг як актуальна проблема соціальної роботи: шкільне середовище. *Ввічливість. Humanitas*. 2021. № 2. С.24-29.
27. Найдьонова Л. Кібербулінг. *Енциклопедія освіти*. Київ. Юрінком Інтер, 2021. С. 445-446.
28. Національна стратегія розбудови безпечного і здорового освітнього середовища у новій українській школі. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/195/2020
29. Нечипорук Л., Петрук Л. Соціально-педагогічна робота щодо профілактики булінгу в шкільному освітньому середовищі. *Педагогічна наука і освіта XXI століття*. 2023. № 1. С.99-114.

30. Поліщук Г. В. Булінг як сучасна соціально-педагогічна проблема: причини виникнення і шляхи подолання. *Наукові записки*. Випуск 186. С.91-95
31. Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню) : Закон України від 18.12.2018 р. № 2657 URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2657-19.
32. Рекомендації щодо попередження насильства серед дітей та учнівської молоді URL: http://fastiv-vechirnya.edukit.kiev
33. Сидоренко Л. В., Ратнікова А. С., Трибулькевич К. Г. Шкільний булінг як соціально-психологічний феномен. *«Проблеми соціально-гуманітарних наук»: матер. Всеукр. студент. наук.-практ. конф*. Запоріжжя: АА Тандем, 2019. С. 192-198.
34. Сидорук І. Булінг як актуальна соціально-педагогічна проблема. *Науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки*. 2015. № 1(302): Серія «Педагогічні науки». С. 171-172.
35. Система захисту дітей від жорстокого поводження: навч.-метод. посіб. / Л. Волинець, Т. Дорошок, М. Євсюкова та ін.; [ред.: К. Левченко, І. Трубавіна]; Держ. соц. служба для сім'ї, дітей та молоді. Міжнар. жіночий правозахисн. центр «Ла Страда Україна». Київ: Держсоцслужба, 2005. 395 с.
36. Скорбун І., Слободян Т. Попередження насильства у закладах освіти. Методичний посібник для педагогічних працівників. Упорядники: БФ «Здоров'я жінки і планування сім'ї». Київ, 2019. 100 с.
37. Цькування та переслідування URL: https://transparency.meta.com/uk-ua/policies/community-standards/bullying-harassment/
38. Шахрай В.М. Запобігання і подолання булінгу в цифровому освітньому середовищі: визначення основних понять. *Вісник науки та освіти*. 2024. №1(19). С. 1375-1387. DOI: https://doi.org/10.52058/2786-6165-2024-1(19)-1375-1387
39. Шахрай В.М. Запобігання і подолання булінгу як наукова та соціально-виховна проблема. *Наукові інновації та передові технології*. 2024. №5(33). С. 1320-1333. DOI: https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-5(33)-1320-1333
40. Leyman, H. Mobbing and psychological terror at workplaces. *Violence and Victims*. 1990. № 5. P. 119-126.
41. Randall P. (2001). Bullying in Adulthood: *Assessing the Bullies and Their Victims*. Florence, KY, USA: Brunner-Routledge. Retrieved from: http://site.ebrary.com/lib/bckharkiv/Doc?id=10053591.
42. Olweus D. Bullying at school: what we khow what we can do. URL: http://books.google.com.ua

ДОДАТКИ

Додаток А

Анкета для учнів
(для виявлення проявів насильства)

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

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

Дякуємо за співпрацю, шкільний психолог та соціальний педагог.

Джерело: https://vseosvita.ua/library/anketa-dla-ucniv-dla-viavlenna-proaviv-nasilstva-451697.html

Додаток Б

Привіт, Друже!
Чи знаєш ти, як захистити себе і своїх друзів?
Як ти можеш захиститися від булінгу?
За що несеш відповідальність перед Законом?
Ознайомся з цією пам'яткою, дізнайся про
свої права і обов'язки вже сьогодні!

Від самого народження ти маєш право:

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

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

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

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

на майно: майно, яке тобі придбали батьки для навчання, виховання (одяг, іграшки, книги, музичні інструменти, спортивне обладнання тощо), є твоєю власністю. Якщо тобі від 10 до 14 років, належним тобі майном управляють батьки. Якщо тобі від 14 до 18 років, ти маєш право вчиняти будь-які угоди, навіть купівлі-продажу транспортного засобу і нерухомого майна, але за письмовою нотаріально посвідченою згодою батьків або з дозволу органу опіки і піклування;

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

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

на повагу до своєї гідності та захист від усіх форм насильства: будь-яка людина, ким би вона не була (одним із твоїх батьків, однолітків, вчителів,

сусідів) не має права поводитись з тобою жорстоко, принижувати твою гідність, експлуатувати, включаючи сексуальні зловживання, втягнення у злочинну діяльність, залучення до вживання алкоголю, наркотичних засобів і психотропних речовин; використання для створення та розповсюдження порнографічних матеріалів, примушування до проституції, жебрацтва, бродяжництва, втягнення до азартних ігор тощо. Стаття 16 Конвенції ООН про права дитини визначає, що жодна дитина не може бути об'єктом незаконного посягання на її честь і гідність.

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

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

Ти - людина!

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

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

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

Держава зобов'язана захищати твої права:

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

За твою безпеку в школі відповідає директор:

Якщо директор школи не забезпечить безпечні та нешкідливі умови для навчання, праці та виховання учнів у навчальному закладі, то він нестиме за

це відповідальність відповідно до чинного законодавства. Статтею 26 Закону України «Про освіту» встановлено, що забезпечення безпечних і нешкідливих умов навчання, праці та виховання у навчальних закладах покладається на їх власника або уповноважений ним орган, керівника навчального закладу.

Вчителі зобов'язані поважати і захищати тебе:

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

захищати дітей, молодь від будь-яких форм фізичного або психічного насильства, запобігати вживанню ними алкоголю, наркотиків, іншим шкідливим звичкам.

За ненадання тобі допомоги вчитель відповідатиме перед законом

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

Пам'ятай про свою відповідальність перед законом!

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

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

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

Рекомендації учням щодо уникнення булінгу:

Намагайся підтримувати стосунки з усіма учасниками колективу. Не розпускай плітки, а почувши плітку, не переказуй її іншим. Відстоюй свою думку, не дозволяй принижувати себе. Підтримуй традиції колективу. Бери участь у спільних колективних заходах. Якщо виникають проблеми у

стосунках з однолітками або вчителями, звернися до дорослих яким и довіряєш (до класного керівника, психолога, соціального педагога).

Поради дітям

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

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

 Стримуй гнів. Розхвилюватись у зв'язку зі знущанням природно, але саме цього й домагаються булери. Це дає їм змогу відчувати себе сильнішими. Намагайся не реагувати плачем, не червоній і не переймайся. Це вимагає великої кількості тренувань, але це корисна навичка дати відсіч агресору. Іноді корисно практикувати стратегію приведення себе в повну рівновагу, наприклад, рахувати до десяти, записувати свої гнівні слова на аркуші паперу, робити глибокий вдих або просто уходити. Іноді треба навчитися робити непроникний вираз обличчя, поки ти не позбудешся небезпеки (посмішка або сміх можуть провокувати агресора на нові третирування).

 Дій хоробро, уходь та ігноруй агресора. Твердо й чітко скажи йому, щоб він припинив, а потім розвернись та піди. Намагайся ігнорувати образливі зауваження,

наприклад, демонструй байдужість чи вдавай, що ти захоплений бесідою по мобільному телефону. Ігноруючи булера, ти показуєш, що він тобі байдужий. Зрештою, він, імовірно, утомиться діставати тебе.

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

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

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

Додаток В

Пам’ятки для батьків

Пам'ятка №1 для батьків
Як припинити приниження дитини у школі та допомогти їй?

1. Перш за все необхідно вдома ліквідувати атмосферу, що сприяє перетворенню дитини на «жертву». Ніякої надмірної опіки чи, навпаки деспотизму, покарань та побиття за провину.
2. Окрім того необхідно обов’язково питати дитину, як справи у неї у школі, маючи на увазі не тільки оцінки, а й відносини з однокласниками. Обережно задавайте питання, оскільки цькування може бути не тільки відкритим, а й прихованим, пасивним, наприклад: небажання сидіти за однією партою, грати в одній команді, ігнорування тощо. Якщо ви відчули певні негаразди, поговоріть з дитиною та її класним керівником.
3. Якщо булінг уже відбувся, зважте його масштаби. Якщо це проблема між двома дітьми, яка може бути залагоджена власними силами, краще надати дитині можливість самостійно розібратись та навчитись відстоювати власні інтереси.
4. Якщо ж знущання набуло вже великих розмірів, проаналізуйте разом з дитиною, чи зможе вона сама захистити себе та відновити свій авторитет у класі. Наприклад, якщо дитину дражнять з-за надмірної ваги варто записати її у спортивну секцію.
5. Якщо ваша дитина дуже скромна та невпевнена у собі - допоможіть їй стати більш впевненою, адже підвищення самооцінки робить людину більш врівноваженою та терпимою до цькувань оточуючих. З’ясуйте, які гуртки відвідують її однокласники, чим займаються у позаурочний час. Можливо вашій дитині теж захочеться відвідувати якусь із цих секцій, у результаті чого вона зможе встановити контакт з деякими однокласниками. Заохочуйте дитину до активної участі у загальношкільних заходах, які зближують дітей та допомагають ім набути впевненості у собі.
6. У особливо важких випадках, якщо ваша дитина, з певних причин, стала вигнанцем у класі, приверніть увагу класного керівника, соціального педагога та шкільного психолога до проблеми. В цьому випадку вам конче необхідною буде допомога фахівців.
7. І пам'ятайте: ваша любов та підтримка допоможуть дитині впоратися зі складною ситуацією.