

ПРОФІЛАКТИКА БУЛІНГУ ЯК НАПРЯМОК РОБОТИ ШКІЛЬНОГО ПСИХОЛОГА

ЗАВДАННЯ (ДВОХСТОРОННЄ)

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ БУЛІНГУ В СУЧАСНІЙ ШКОЛІ	8
1.1.Поняття про булінг та основні підходи до його дослідження	8
1.2.Причини виникнення булінгу в сучасній школі.....	13
1.3.Аналіз методів подолання та профілактики булінгу серед школярів	18
Висновок до розділу I	25
РОЗДІЛ II. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ БУЛІНГУ СЕРЕД ШКОЛЯРІВ	27
2.1.Характеристика етапів емпіричного дослідження, методів та вибірки досліджуваних	27
2.2.Аналіз отриманих результатів	30
Висновок до розділу II.....	41
РОЗДІЛ III. ПСИХОЛОГІЧНА ПРОГРАМА ПРОФІЛАКТИКИ БУЛІНГУ В УЧНІВСЬКОМУ КЛАСІ ДЛЯ ПРАКТИЧНИХ ПСИХОЛОГІВ	42
3.1.Зміст психологічної програми з профілактики булінгу.....	42
3.2.Особливості впровадження психологічної програми профілактики булінгу.....	47
Висновок до розділу III.....	50
РОЗДІЛ IV. БЕЗПЕКА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ, ОСНОВИ ОХОРОНИ ПРАЦІ	52
4.1.Людський фактор у проблемі безпеки у надзвичайних ситуаціях	52
4.2.Процес горіння та причини виникнення пожеж.....	56
ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ	61
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	63
ДОДАТКИ	66

ВСТУП

Актуальність теми. В умовах військового стану в Україні проблема булінгу набуває особливої актуальності. Військовий конфлікт створює додаткові стресові фактори для дітей та підлітків, що може посилити прояв агресії та насильства в шкільному середовищі. Військовий конфлікт впливає на психіку дітей, викликаючи страх, тривогу та стрес. Діти можуть переживати всередині близьких, розлуку з сім'єю, евакуацію та зміну місця проживання. Ці фактори можуть призвести до зростання агресивних проявів у шкільному середовищі, як з боку жертв, так і агресорів.

В умовах воєнного стану агресія та насильство може стати частиною повсюдного життя дітей, що погіршує нормалізацію таких моделей поведінки. Учні можуть використовувати булінг як спосіб самопідтвердження або вираження своєї фрустрації та страху. Війна може загострити існуючі соціальні, етнічні та регіональні конфлікти, що викликають дискримінацію та булінг за цими ознаками. Діти, які були вимушені переселитися, можуть стикатися з неприйняттям та дискримінацією з боку однолітків у нових школах. Це створює додатковий стрес і посилює тривожність та агресію.

Булінг є однією з найсерйозніших проблем, з якими стикаються сучасні школи, оскільки він має вкрай негативні короткострокові та довгострокові наслідки для всіх залучених сторін (жертв, булерів, свідків) [1].

Шкільне цькування почали досліджувати більше 40 років тому. Булінг визначається як «навмисні агресивні дії, що здійснюються групою або однією людиною неодноразово і протягом тривалого часу проти жертви, яка неспроможна захистити себе» [2, с. 9]. Для того щоб визначити дію як цькування, важлива наявність трьох критеріїв агресивної поведінки: повторюваність, інтенціональність (навмисність) та дисбаланс влади. Враховуючи дані критерії, автори часто визначають цькування як систематичне зловживання владою з боку однолітків [3]. Вчений І.С. Кон визначає булінг як залякування, фізичний чи навіть психологічний терор, спрямований на те, щоб

власне викликати в іншій людині страх і тим самим підкорити собі наляканого [3]. Усі дії агресора стосовно жертви, зазначає І.Г. Малкіна-Пих, спрямовані на приниження у вигляді емоційного, фізичного, економічного чи сексуального насильства та агресії [7].

Всесвітня організація охорони здоров'я регулярно проводить моніторинг різних аспектів саме поведінки школярів, які власне впливають на їх здоров'я. Особливу увагу в дослідженнях приділяють булінгу як важливому аспекту. У 2019 році в Україні було зроблено значний крок у активній роботі щодо профілактики різних форм насильства: внесено зміни до законодавства, що стосуються відповідальності як за вчинення булінгу, так і за його приховування або замовчування. Булінг (bullying, від англ. bully – хуліган, задирака, забіяка, грубіян, насильник) тлумачиться як дискримінація, утиск, цькування. Дане поняття означає тривалий процес власне свідомого жорстокого ставлення (психічного та фізичного) з боку однієї дитини або цілої групи дітей до іншої дитини.

На сучасному етапі розвитку нашого українського суспільства проблема булінгу виступає надзвичайно актуальною та важливою. В останні роки було виявлено поширення шкільного булінгу в освітній практиці. Ця глобальна соціальна проблема існує вже понад століття, але вона досі недостатньо вивчена. Перші публікації на цю тему в Україні з'явилися в 2005 році, що стало додатковим стимулом для впровадження та посилення заходів протидії булінгу в школах. Вирішення цієї проблеми вимагає ефективних ідей та висококваліфікованих спеціалістів.

Варто зауважити, що власне у закладі освіти знаходиться велика кількість дітей та підлітків, котрі саме проводять там значну частку свого часу, і вони не тільки навчаються, а також й розвиваються, соціалізуються та проходять психічні і фізіологічні етапи становлення особистості, пізнання самих себе. Також, важливою є не тільки профілактика булінгу в теорії або запровадження якихось заходів протидії, а сама ідентифікація даної проблеми як власне педагогічними працівниками закладу освіти і школярами та батьками. Отому

надважливо створити належне сприятливе шкільне середовище не тільки для боротьби з такого роду насильством як булінг, а й для профілактики проявів такої відповідної поведінки серед школярів.

Слід зазначити, що проблема цькування та насильства актуальна з моменту появи людського суспільства, однак визнання та дослідження булінгу як окремого явища з'явилося зовсім недавно. Вивчення булінгу як реального феномена висвітлено в працях Д. Ольвеуса. Структуру та характеристики учасників булінгу досліджували О. Ожйова, В. Пономарьова, Дж. Салісбері. К. Плутицька досліджує підходи до розуміння булінгу як власне форми шкільного насильства.

Досить глибоко проблему цькування досліджували зарубіжні науковці К. Лоренц, Е. Міллер, Д. Томпсон, Е. Роланд, зокрема саме третирування одних дітей іншими, досліджували структуру булінгу та причин виникнення багатоманітних проявів насильства. Вагомий внесок у теорію протидії булінгу зробили О. Барліт, О. Глазман, В. Собкін, досліджуючи психологічні особливості саме усіх учасників булінгу (булера, жертви, спостерігачів), його способи подолання та реальні наслідки.

Організаційні умови впровадження нових, інноваційних технологій щодо протидії агресивній поведінці власне в шкільному середовищі вивчають І. Гайдамашко, М. Жданова, О. Романова. Над розробкою та впровадженням профілактичних програм щодо шкільного насильства трудяться: Р. Новако, Д. Ольвеус, А. Пікас.

Актуальність проблеми булінгу в сучасній українській школі в умовах воєнного стану є надзвичайно високою. Військовий конфлікт створює додаткові виклики для забезпечення безпеки та психологічного благополуччя дітей. Ефективна боротьба з булінгом потребує комплексного підходу, який включає психологічну підтримку, адаптацію антибулінгових програм до нових умов та активну участь усіх учасників освітнього процесу. Важливо забезпечити стабільне та підтримуюче середовище для дітей, щоб мінімізувати негативний вплив війни на їхнє життя та навчання.

Мета дослідження: розкрити теоретичне обґрунтування та дослідити емпірично проблему булінгу в сучасній школі підчас війни.

Згідно з метою дослідження визначено такі **завдання:**

1. Розкрити поняття булінгу та основні підходи до його дослідження;
2. Описати причини виникнення булінгу в школі;
3. Здійснити аналіз методів подолання та профілактики булінгу серед школярів;
4. Провести експериментальне дослідження особливостей прояву булінгу серед школярів;
5. Розробити програму для профілактики булінгу в учнівському класі, призначену для використання шкільним психологом.

Об'єкт дослідження – явище булінгу.

Предмет дослідження – булінг та булери в школі.

Методи дослідження: теоретичний аналіз літератури, опитування, математичної статистики.

Експериментальна база дослідження: в нашому дослідженні брали участь 30 учнів Тернопільської загальноосвітньої школи I-III ступенів № 24, 7А, 9Б і 9А класів.

Теоретична та практична значущість роботи: в кваліфікаційній роботі проаналізовано поняття булінгу, основні підходи до його дослідження, зазначено основні причини виникнення булінгу в сучасній школі, здійснено аналіз методів подолання та профілактики булінгу серед школярів. Проведено експериментальне дослідження особливостей прояву булінгу серед школярів та запропоновано психологічну програму профілактики булінгу в учнівському класі для практичних психологів.

Структура та обсяг роботи. Робота складається з вступу, чотирьох розділів, загальних висновків, списку використаних джерел, що налічує 27 найменувань та додатків. Робота викладена на 65 сторінках друкованого тексту, вміщує 2 таблиці та 15 рисунків.

РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ БУЛІНГУ В СУЧАСНІЙ ШКОЛІ

1.1. Поняття про булінг та основні підходи до його дослідження

У перекладі з англійської булінг означає знущання, залякування та цькування людини. Незважаючи на актуальність цієї проблеми, у сучасній соціально-гуманітарній науці ще не склалося загальноприйнятої дефініції булінгу. Його можна розглянути від шкільного цькування та відеозйомки бійки до насильства загалом.

Булінг проявляється дуже різноманітно: від звичайного жартування (на погляд самих жартівників) до важких фізичних і психологічних дій, які можуть закінчитися вбивством або замахом на самогубство.

За визначенням Девіда Лейна та Ендрю Міллера булінг – це тривале свідоме психологічне чи фізичне насильство з боку однієї людини або групи людей до однієї дитини [6, с. 28].

І. Конн визначав булінг як психологічний чи фізичний терор, спрямований на викликання страху і підпорядкування собі іншого. Булінг, на думку І. Конна найбільш поширений у підлітковому середовищі і є «нормальним» аспектом хлоп'ячої культури [3, с. 137]. За булінгом стоїть не лише нерівність фізичних сил, але ще й влада, яка дозволяє протягом тривалого часу одному підлітку підкоряти собі іншого.

У нашій країні феноменом булінгу нині займаються, переважно, представники психологічної науки. Однак, цей складний феномен має також яскраво виражене соціальне забарвлення. Соціальність цього явища проявляється насамперед у груповому характері прояву насильства по відношенню до його жертви. Важливими соціальними характеристиками булінгу є його яскраво виражений гендерний характер та тривалий період впливу.

Розрізняють прямі (які пов'язані з відносно відкритими, видимими нападами на жертву) та власне непрямі (у вигляді навмисного виключення людини з групи, розмов за спиною та поширення зловмисних чуток) форми булінгу [6]. Прямі форми цькування включають фізичний напад (удари, поштовхи, стусани, підніжки, ляпаси, удушення або насильницьке вилучення чогось у жертви) та (або) словесні знуцання (загрози, образи, глузування, присвоєння кличок), що передбачають відкритий вираз сили. Непряме цькування передбачає соціальну ізоляцію, поширення різних чуток та інші пов'язані з названими пасивно-агресивні дії [7]. Непрямі форми третирування передбачають насамперед маніпуляцію відносинами, яка включає в себе соціальну ізоляцію жертв, поширення пліток, наклеп, бойкот. Ці дії спрямовані на руйнування соціальної репутації та (або) зниження статусу особистості, при цьому відбувається приховування особи злочинця [2].

Шкільний булінг можна розділити на такі основні форми:

- | | | |
|-------------------------|---|--|
| 1. Фізичний булінг | ➔ | •умисні <u>штовхання</u> , удари, <u>стусани</u> , побої, нанесення інших тілесних ушкоджень, дії сексуального характеру та ін.; |
| 2. Економічний булінг | ➔ | •крадіжки, <u>пошкодження</u> , знищення чи <u>ховання одягу та інших особистих речей</u> жертви, вимагання грошей, їжі тощо |
| 3. Психологічний булінг | ➔ | •насильство, що завдає психологічну травму шляхом словесних <u>образ</u> або <u>погроз</u> , переслідування, залякування, <u>обзивання</u> , поширення образливих чуток, якими навмисно заподіюється емоційна невпевненість. |
| 4. Кібер-булінг | ➔ | цькування за допомогою <u>образ у соціальних мережах</u> , надіслання образ на електронну адресу або SMS, зйомка і викладання <u>непривабливого відео</u> у загальний доступ |

Рис. 1.1. Форми шкільного булінгу

Існують різні підходи до класифікації видів шкільного третирування.

Так, наприклад, І. А. Фурманов як основні виділяє фізичний та психологічний види шкільного насильства. Під фізичним насильством мається на увазі застосування фізичної сили, внаслідок чого можливе завдання опоненту тілесних ушкоджень. Психологічне насильство спрямоване на погіршення емоційного самопочуття та благополуччя жертви [8].

У свою чергу, Т. Мерцалова виділяє фізичне, емоційне, вербальне, психічне та сексуальне види насильства [8].

Список розширяє Д. Олвеус, виділяючи такі форми булінгу:

- вербальне цькування, зокрема, обзивання та образи;
- ізоляція людини від групи;
- фізичне цькування (поштовхи, стусани, удари);
- поширення брехні, наклепу та хибних чуток;
- відібрання грошей чи інших речей та нанесення збитки особистої власності;
- загроза чи примус іншої людини робити щось, чого вона робити не хоче;
- расовий булінг;
- сексуальний булінг;
- кібербулінг [10].

Кібербулінг включає поширення ворожих або агресивних текстових повідомлень, фотографій у непривабливому вигляді, пліток та чуток з метою заподіяння шкоди або дискомфорту жертві за допомогою різних електронних пристроїв, таких як саме комп'ютери та мобільні телефони. Такий вид цькування відрізняється від традиційних тем, що агресор часто залишається анонімним [11]. Кібербулінг – це особливо підступна форма цькування, яка може бути здійснена в школі та вдома, її важко виявити та проконтролювати, вона швидко охоплює широку аудиторію і доступна для більш ніж 80% підлітків [7]. Отже, кібербулінг можна назвати новою та серйозною проблемою,

оскільки цькування через інтернет легко зробити, але важко виявити та переслідувати в судовому порядку.

Знуцання можуть мати сильні негативні наслідки для фізичного та власне психічного здоров'я як жертв, так і в усіх сторін, що у цьому процесі. С. Цанг, Е. Хуей, Б. Ло доводять, що жертви знущань у школі набагато більше схильні до депресії, тривожності, соціофобії, низької самооцінки, самотності та дисфункціональних відносин, ніж їхні однолітки. З іншого боку, булери схильні до ризику десенситизації до насильства та агресії, участі у бандах та злочинності, антигромадській поведінці та труднощах у підтримці близьких стосунків. Автори також повідомляють про підвищену схильність агресорів до депресії та самогубства у довгостроковій перспективі. Негативний вплив виявляється і на свідків цькування. Школярі, які бачать цькування, часто відчують почуття провини та гніву (До себе і до булерів), крім того, вони не відчують себе у безпеці та звертають свою увагу не на академічні досягнення, а на запобігання булінгу [12].

У психології є кілька теорій, які намагаються пояснити саме феномен булінгу. Наведемо деякі з них.

Школа групової динаміки. Травлю В. М. Буховськи, А. К. Сіппола, Е. Ф. Ньюкомб вивчають з точки зору групової динаміки. В рамках цього напрями цілісність, однорідність та інші.

Еволюційні зміни є цілями групи. Їхнє досягнення – головна цінність для всіх членів групи. Діти, які вважаються перешкодами для досягнення цілей або, як передбачається, не можуть їх досягти, стають жертвами та виключаються з конкретної групи. В результаті у цих школярів спостерігається тривожність, вони стають соціально ізольованими саме через нездатність прийняти екологічні зміни та адаптуватися до вимог групи. Вони стають жертвами цькування у школі та відкидаються однолітками, оскільки свідомо чи несвідомо загрожують цілісності групи та однорідності класу [13].

Буллінг як практика соціалізації (теорія соціального порядку). Використовуючи концепцію теорії громадського порядку, Д. Хопер та

М. Болтон представили інше пояснення булінгу. Люди, на думку авторів, мають різні ролі та різну владу у суспільстві. Ця влада проявляється у формі агресії [14]. Т. Терасахо та К. Салміваллі на основі двох основних форм агресії розділили людей на фізично агресивних та вербально агресивних.

Агресивна поведінка підкріплюється, оскільки саме влада всередині групи цінується високо. На думку дослідників, саме висока цінність влади стимулює булерів, а жертви розглядаються ними як які відхиляються за поведінкою та зовнішнім виглядом [15].

Цькування як груповий процес. Згідно з цією теорією учні школи утворюють певну соціальну групу, в котрій займають різноманітні ролі. Для того, щоб зміцнити почуття своєї приналежності до групи, ствердитися у своїй ролі та власне соціальній ієрархії, школярі саме можуть посилювати взаємодію цькуванням. Результати досліджень підкреслюють, що цькування – груповий процес, в якому усім членам групи призначаються різні ролі:

- булер;
- помічник буллера;
- підбадьорювач;
- захисник;
- жертва;
- сторонній спостерігач [16].

Деякі з цих ролей пов'язані з агресивною стороною взаємодії, вони ініціюють та підтримують булінг.

З агресією пов'язані саме перші три ролі. Зокрема, булери відповідальні за такби мовити оперативну агресію проти жертви, тоді як помічники беруть участь у агресії, утримуючи чи переслідуючи жертву (власне вони не починають сам процес знущань, але приєднуються щодо нього).

Підбадьорювачі активно не допомагають агресорам, однак надають позитивний зворотний зв'язок буллеру, спостерігаючи за ситуацією, захоплюючись, сміючись, улюлюкаючи, знімаючи все те, що відбувається зараз на відео тощо. [17].

З роллю жертви пов'язані власне жертва агресії однолітків та захисники – ті люди, які допомагають жертві почуватися краще, активно підтримують її шляхом або безпосереднього зіткнення з хуліганом, або втіхи жертви, а також розповідаючи про все вчителю [16]. Виконує останню роль, сторонній спостерігач, як правило, намагається уникнути ситуацій, пов'язаних з цькуванням, зазвичай він ігнорує булінг, зіштовхуючись з такою ситуацією, йде чи просто стоїть осторонь. Таким чином, у результаті взаємодії всіх цих ролей у індивідів можуть утворюватися тісні зв'язки між хуліганями, помічниками та підбадьорювачами, а також жертвами та захисниками.

Когнітивний погляд на булінг. Когнітивісти вважають, що через зміни у розвитку дитини дуже складно зупинити або зменшити шкільний булінг, оскільки в ході розвитку когнітивних здібностей людина набуває навичок того, де, коли і як виявляти агресію проти інших. Це наступними прикладами:

1) згодом люди стають все більше обізнаними про те, на кого треба націлювати агресію, де і як її виявляти, головною метою при цьому – є уникнення негативних наслідків для себе;

2) трохи згодом школяр розуміє, що у випадку прояви прямої фізичної чи словесної самої агресії він піддається підвищеному ризику помсти з боку жертви або захисника, а також може бути покараний дорослим. Однак якщо він поширює чутки про інших, то його мета досягається з мінімальним ризиком спричинити покарання або помста [18].

1.2. Причини виникнення булінгу в сучасній школі

Існує ціла низка факторів, що сприяють процвітанню булінгу в дитячі колективи. Багато в чому розвитку саме цього явища сприяють власне виховання в сім'ї та мікроклімат того закладу освіти, куди потрапляють діти для здобуття освіти.

Дорослі в школі можуть ненавмисно або якимсь іншим чином брати участь у буллінгу, провокувати або навіть сприяти йому шляхом:

- приниження учня, котрий не встигає чи навпаки є успішним в навчанні чи є вразливим у інших відношеннях.
- негативних чи саркастичних висловлювань щодо зовнішності або походження учня.
- жахливих і загрозливих жестів чи виразів.
- привілейованого ставлення до запобігливих учнів.
- образи учнів принизливими, інколи ж навіть нецензурними словами.

Також сприяти булінгу можуть:

- Присутність у класі чітко визнаного «лідера»;
- Виникнення дуже гострого конфлікту поміж двох учнів під впливом якихось зовнішніх причин, які виступають провокуючими чинниками для агресора (булера);
- Також небажання викладачів через своє незнання брати відповідальність за протистояння владолюбній поведінці учнів.
- Брак контролю з боку вчителів саме за поведінкою учнів також на перервах.

Окрім поведінки дорослих, яка сприяє процвітанню буллінгу в шкільному середовищі, виділяють низку факторів, які можуть провокувати розвиток буллінгу серед дітей:

- Низький рівень виховання учня;
- Неадекватна занижена самооцінка;
- Дуже висока імпульсивність;
- Раннє зловживання алкоголем, наркотиками чи комп'ютерними іграми.
- Занижене почуття самозбереження у дитини;
- Внутрішня особистісна агресивність власне учня, яка залежить від його індивідуальних особливостей;

- Бажання зберегти статус у групі та відповідати групі;
- Сильне бажання домінувати над іншими;
- Власний попередній досвід життєдіяльності школярів, який включає прояви власної агресивності та спостереження аналогічних проявів у його найближчому оточенні;
- Прогнули та слабка успішність у школі;
- Важливою є зміна вихователів (вітчим, мачуха), також поява другої дитини в її сім'ї;
- Домашнє чи сімейне та сексуальне насильство;
- Внутрішньосімейні конфлікти;
- Дуже низький соціально-економічний статус самої сім'ї.
- Дуже завищені вимоги до успішності, котрі не завжди відповідають здібностям та можливостям дитини;
- Гіперопіка чи байдужість з боку батьків;
- Велике значення ранніх сексуальних контактів;
- Спілкування з поліцією та рання судимість.

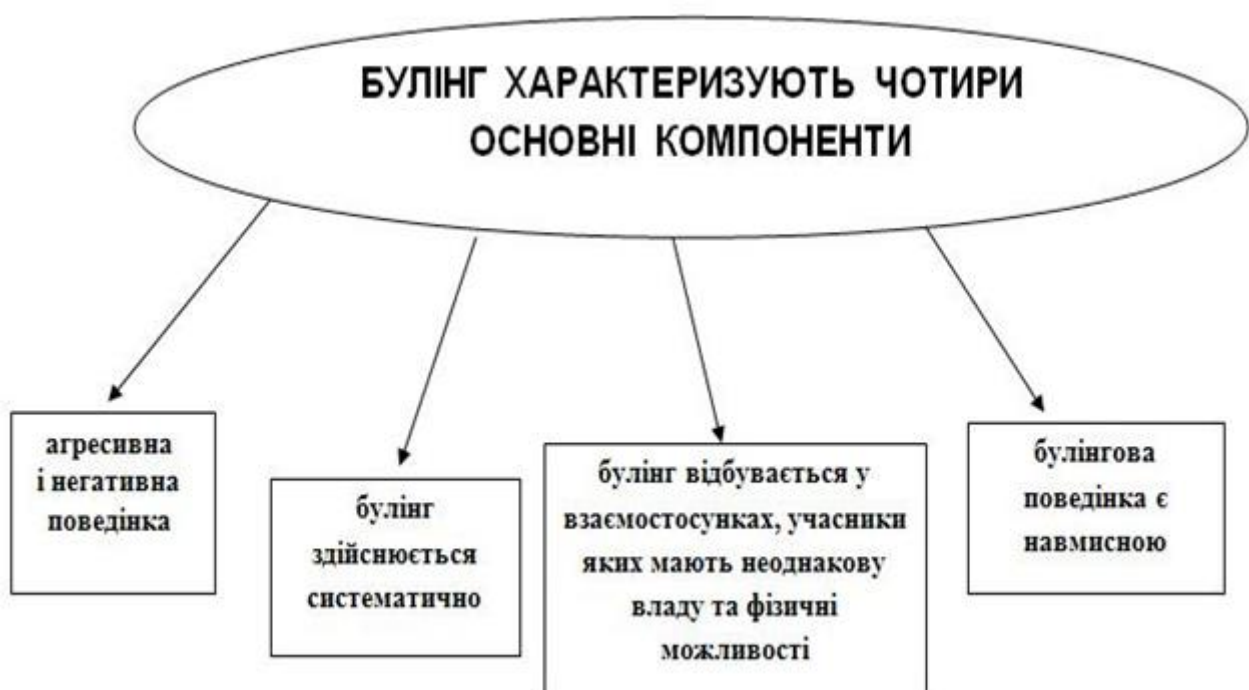


Рис. 1.2. Компоненти булінгу

Настання фази статевого дозрівання дитини викликає не тільки виникнення проблем фізіологічного та психологічного характеру, а й до розвитку критичного мислення, що дозволяє ставити під сумнів різні вчинки дорослих, протестувати проти їхньої моралі. Виникають проблеми з успішністю та приклеювання ярликів (зокрема, вчителі та батьки говорять, що дитина невинна, вона погано вихована, або дурна). Тому, для неуспішних учнів саме агресивна поведінка постає одним із засобів, за допомогою котрих вони компенсують свою неуспішність.

Тому мета буллінгу – за агресивною поведінкою приховати власну неповноцінність.

Буллінг немає нічого спільного з керуванням колективом, якщо він власне застосовується дорослими, оскільки хороший адміністратор (вчитель) ефективно здійснює керівництво колективом, а поганий – травить. Тому будь-хто, власне, хто обирає цькування саме як метод, чи то дорослий, чи дитина, показує власну неповноцінність, і саме та сила, власне з якою людина булить іншу, визначає ступінь неповноцінності тирана.

Що ж є мотивами буллінгу:

- заздрість;
- помста (коли самі жертви переходять у клас булерів: покарати за біль та заподіяні страждання);
- сильне почуття ворожості;
- агресивна боротьба за владу;
- нейтралізація свого суперника демонструючи перевагу над ним;
- самоствердження навіть до задоволення садистських потреб певних окремих осіб;
- величезне прагнення виглядати круто, бути у центрі уваги;
- прагнення здивувати, вразити;
- велике прагнення розрядитись, «приколотися»;
- прагнення принизити, залякати людину, що не сподобалася.

Т.М. Матанцева [7] до основних причин та факторів виникнення віктимної поведінки в ситуації шкільного цькування (буллінгу) відносить:

1. Індивідуально-психологічні особливості неповнолітніх, що сприяють формуванню девіацій поведінки: порушення в емоційно-вольовій сфері.

2. Акцентуації (надмірно виражені окремі риси) характеру підлітка. Такі підлітки несподівано інакше, ніж інші, реагують на явища навколишнього життя та неадекватно поведуться, начебто, у стандартній ситуації.

3. Підліткова криза, що бурхливо протікає, прагнення до дорослості, на тлі протиріч фізіологічного та психічного розвитку (звідси і неадекватність реакцій у взаємовідносинах з оточуючими та суперечливість у діях та вчинках).

4. Негативний вплив стихійно-групового спілкування у формуванні особистості підлітків.

5. Шкільна дезадаптація. Педагогічні помилки, особливо на ранніх етапах навчання, породжують психосоціальні проблеми особистості дезадаптуючого характеру, які не будучи вирішеними саме у молодшому шкільному віці, постають основою для різноманітних відхилень психосоціального розвитку неповнолітніх та у підлітковому віці різко змінюють поведінку неповнолітніх у негативний бік.

Д.В. Фельдман [14] виділяє такі внутрішні психологічні чинники, які сприяють формуванню віктимності у підлітків у ситуації шкільного цькування (буллінгу): потреба у ризику; потреба у престижі, у самоповазі; агресивність; емоційна нестійкість; відхилення у психічному розвитку; наявність акцентуації характеру; неадекватна самооцінка та низька самоповага.

На думку Л.Є. Тарасової, [12] основними психологічними умовами формування віктимності у підлітків у ситуації шкільного цькування є:

- індивідуально-психологічні, які діють на рівні психобіологічних передумов поведінки, індивідуально-типологічних особливостей розвитку темпераменту, емоційної сфери, здібностей;

– психолого-педагогічні виявляють у дефектах шкільного та й власне сімейного виховання та характеризує несприятливу міжособистісну ситуацію розвитку;

- соціально-психологічні, що розкривають несприятливі особливості взаємодії дитини зі своїм найближчим оточенням (родина, вулиця, школа);

– особистісні, які передусім визначаються у виборчому ставленні дитини до середовища спілкування, до певних норм і цінностей власного оточення, а також в особистих ціннісних орієнтаціях та особистої здатності до вольової саморегуляції.

А. Проніна та Є. Герасимова [20] займаються дослідженням відмінностей між різними формами агресії у підлітків, які навчаються в моно- та багатоетнічному середовищі, та їх взаємозв'язок з різними типами міжособистісних відносин. Результати показують, що є деякі відмінності у формах агресії, зокрема непряма агресія, негативізм, вина та підозра, а також те, що немає жодних відмінностей між різними типами міжособистісних відносин між підлітками, які навчаються в моно та багатоетнічному середовищі. Найближчий зв'язок між нападом, непрямою агресією та різними типами міжособистісних відносин.

Підлітки, які навчаються у багатонаціональному середовищі, мають найбільш тісні кореляції між почуттям провини та різними типами міжособистісних відносин. Вчені схильні продовжувати формувати толерантне ставлення підлітків до інших національностей. Це, у свою чергу, запобігатиме різноманітним проявам віктимності в ситуації шкільного цькування.

1.3. Аналіз методів подолання та профілактики булінгу серед школярів

Проблематика превенції булінгу налічує кілька підходів щодо вирішення даного питання. Соціальний підхід щодо запобігання булінгу реалізується

шляхом застосування технологій профілактики саме конфліктної взаємодії, різних видів девіантної поведінки, що власне реалізуються у булінгу.

Під профілактикою, у сенсі цього слова розуміється система комплексних заходів, спрямованих на попередження відхилень у поведінці та формування моральної поведінки та моральних якостей особистості.

Таблиця 1.1.

Методи подолання булінгу

Методи подолання булінгу	Суть методу
Соціальна робота	У соціальній роботі під профілактикою розуміються науково обґрунтовані та своєчасно вживані дії, спрямовані на: запобігання можливим фізичним, психологічним або соціокультурним колізіям груп ризику; збереження, підтримка та захист нормального рівня життя та здоров'я людей; сприяння їм у досягненні поставлених цілей та розкриття їх внутрішніх потенціалів.
Використання психологічних та соціально-психологічних особливостей підлітків	Метод спирається на психологічні способи превенції цькування
Застосування потенціалу класного колективу у вихованні та перевихованні підлітків	Постійна робота з учнями
Методика Д.М. Соловйова	Модель діяльності класного керівника з превенції жорстокого звернення серед підлітків дозволяє: абстрагуватися від супутніх психолого-педагогічних процесів, що відбуваються в установі, та акцентувати увагу на профілактиці булінгу. Модель діяльності класного педагога, представлена Д.М. Соловйовим, включає: діагностичний, проєктувальний, діяльнісний та рефлексивний етапи.

<p>Використання зарубіжного досвіду щодо своєчасної профілактики булінгу серед підлітків.</p>	<p>Вперше про розробку програми з превенції булінгу замислився творець ОВРР (The Olweus bullying prevention program) – норвезький вчений Ден Олвеус. Положення, запропоновані дослідником у другій половині двадцятого століття, лежать в основі сучасних програм профілактики булінгу серед школярів.</p> <p>Реалізація процесу профілактики булінгу передбачає подолання трьох стадій: робота з кризою, втручання та профілактика.</p>
<p>Метод А. Мухаркіної</p>	<p>А. Мухаркіна [22] виділяє чотири принципи: взаємодія, попередження, системність та лонгітюдність. Положення про взаємодію реалізується у плануванні процесу профілактики фахівцями боротьби з ним. Принцип попередження здійснюється, якщо робота з превенції цькування будується як попередження ситуації булінгу в освітньому середовищі. Принцип системності передбачає послідовну, систематичну роботу зі збору інформації, розробки індивідуальних програм підтримки та супроводу кожного підлітка, залученого до ситуації булінгу, відстеження динаміки прогресії чи регресії явища. Заключний принцип лонгітюдності полягає у постійному моніторингу вивчення динаміки розвитку булінгу та оцінки ефективності проведеної роботи.</p>

Видно, що серед методів подолання булінгу є робота соціальних працівників, педагогічного персоналу. Найчастіше використовують потенціал класного керівника в школі.

Ефективне здійснення профілактичних заходів передбачає опору на принципи щодо запобігання булінгу. А. Мухаркіна [22] виділяє чотири принципи: взаємодія, попередження, системність та лонгітюдність.

Положення про взаємодію реалізується у плануванні процесу профілактики фахівцями боротьби з ним. Принцип попередження здійснюється, якщо робота з превенції цькування будується як попередження ситуації булінгу в освітньому середовищі. Принцип системності передбачає послідовну, систематичну роботу зі збору інформації, розробки індивідуальних програм підтримки та супроводу кожного підлітка, залученого до ситуації булінгу, відстеження динаміки прогресії чи регресії явища. Заключний принцип лонгітюдності полягає у постійному моніторингу вивчення динаміки розвитку булінгу та оцінки ефективності проведеної роботи.

Кен Рігбі [30] у своїй роботі виділяє шість базових методів інтервенції у разі прояву шкільного насильства. В першу чергу автор згадує застосування традиційного дисциплінарного підходу, що передбачає санкційний вплив на нападника з метою його покарання.

Другий метод, запропонований дослідником – посилення жертви, що виражається в навчанні дитини, яка зазнала цькування, протистояння насильства, розвиток та зміцнення у нього комунікативних навичок та більш позитивного ставлення до себе.

Одним із способів припинення булінгу Рігбі бачить у здійсненні врегулювання конфлікту шляхом медіації. Цей спосіб передбачає наявність конструктивного діалогу між агресором, жертвою та стороннім спостерігачем. Медіатором може виступати як дорослий, який пройшов певну підготовку, так і старший учень. Успішним проведенням процедури медіації є досягнення взаємних домовленостей та згоди.

Також, окремим способом запобігання булінгу, автор позначає відновне правосуддя. Його мета – сприяння загоєнню рани у потерпілого від насильницької шкоди.

Метод «група підтримки» акцентує увагу на відновлювальній практиці, що передбачає усвідомлення з боку кривдника завданих страждань жертві. Професіонал залучає до роботи не тільки двох головних дійових осіб конфлікту, а й інших підлітків, з метою пошуку нових шляхів покращення ситуації.

Шостий метод інтервенції булінгу за Рігбі – метод розділеної участі. Здійснення роботи спеціаліста із запобігання булінгу передбачає відокремлену роботу з учасниками булінг-структури.

Вперше припущення про ефективність даного методу висунув шведський психолог А. Пікас [33].

Описані методи боротьби з булінгом демонструють, що робота по даному питанню відрізняється різнобічністю, включає в себе роботу профілактичного, підтримуючого, розвиваючого та коригувального характеру, може мати як індивідуальний, так і груповий характер.

Вітчизняні дослідники дотримуються концепції того, що профілактика шкільного булінгу має реалізовуватись на наступних рівнях: особистісному, груповому, власне загальношкільному та соціальному.

Основне місце у діяльності по превенції булінгу займає діяльність, що здійснюється класним керівником з окремими підлітками та шкільним класом загалом.

Профілактика конфліктних взаємодій реалізується класним педагогом серед підлітків, здійснюється за рахунок: корекції наявних соціальних девіацій та сприяння веденню учнями здорового та безпечного способу життя, вибудовування відносин у групі на основі поваги та взаємодопомоги, об'єднання підлітків шляхом залучення в колективно значиму діяльність.

Педагогічне попередження булінгу залишається провідним методом профілактики явища. Даний метод нівелює виникнення та подолання шкільної

девіації, спираючись на використання педагогічної підтримки. Діяльність класного керівника передбачає процес допомоги з подолання впливу різних факторів, що сприяють виникнення булінгу в класному колективі, розвиток гуманних ціннісних орієнтацій у підлітків

Модель діяльності класного керівника з превенції жорстокого звернення серед підлітків дозволяє: абстрагуватися від супутніх психолого-педагогічних процесів, що відбуваються в установі, та акцентувати увагу на профілактиці булінгу. Модель діяльності класного педагога, представлена Д.М. Соловйовим, включає: діагностичний, проектувальний, діяльнісний та рефлексивний етапи.

Основними суб'єктами роботи з профілактики булінгу є – класний керівник, підлітки – потенційні аутсайдери, шкільний клас. Діяльність всіх суб'єктів побудована таким чином, що дії одного суб'єкта проглядається та піддається аналізу іншим.

Описувана модель профілактики булінгу передбачає використання різних методів діагностики поведінки, що відхиляється.

Так, наприклад, застосування опитування, самоаналізу, консиліуму, проєктивних методів, групової рефлексії важливо на першому етапі змісту діяльності класного керівника. Метод моделювання власної особистості у підлітків, соціально-педагогічне проектування, дискусія, мозковий штурм актуальні при проектуванні запланованої роботи із класом. Такі методи як: метод перспективних ліній, тренінги «командного зігравання» і «капітанів» використовуються вже при безпосередньому активному залученні учасників булінг-структури до процесу профілактики булінгу. Лонгітюдні методи дослідження, такі як: самоспостереження, самоаналіз, групова рефлексія завершують комплекс заходів, спрямованих на превенцію конфліктної взаємодії серед підлітків.

Крім актуально обґрунтованої діяльності педагога з превенції деструктивної поведінки, важливою залишається роль командоутворення групи. Підхід, заснований на розвитку та узгодженні завдань групи,

визначається як командотворчий, тобто, що характеризується здатністю досягати поставленої мети учасниками команди.

Кооперація, народжена у процесі формування команди, проявиться у подальшій взаємодопомозі та взаємопідтримці, що суперечить створенню булінг-структур. Наявність перелічених раніше характеристик згуртованості групи робить її стійкою до появи в ній агресивних взаємодій.

Педагогічні методи профілактики булінгу, що ґрунтуються на ідеях командоутворення та педагогіки підтримки націлені на комплексну роботу системи дорослого (педагога) та підлітків (учасників булінг-структури).

Крім підходу, що формує сприятливу атмосферу та передбачає вирішення питань, що протидіють насильству, важливим превентивним значенням буде закріплення заборони булінгу в окремий закон або закон про освіту. Законодавчий підхід у профілактиці булінгу має величезне значення, але доти, доки булінг не є офіційно визнаним, а його трактування не закріплене у нормативних документах, то й виконання поставлених завдань щодо профілактиці шкільного насильства стає скрутним.

Щодо запобігання прояву віктимності у підлітків у ситуації шкільного цькування (булінгу), то однією з найбільш розповсюджених антибулінгових програм постає програма Д. Олвеуса (Olweus Bullying Prevention Program, ОВРР), яка включає комплекс діагностичних, інформаційно-консультативних, корекційних та організаційних дій, котрі охоплюють всіх учасників навчального процесу у школі.

Вона успішно застосовувалася в Норвегії, де їй з 2001 р. надано статус пріоритетної загальнонаціональної програми.

За рішенням прийнятим урядом Норвегії програма Д. Олвеуса була включена в реалізацію всіх школах як обов'язкова. Зокрема, експерти Центру з вивчення, а також превенції насильства в Колорадському університеті США визнали програму Д. Олвеуса однією з найефективніших програм такого типу. Тому вона стала однією із десяти базових програм щодо превенції насильства

серед молоді, що реалізуються у США і на державному, і на регіональному рівнях.

У США досить успішно працює програма «Комплексна робота з профілактики булінга в школах». Безперечно, у реалізації цих програм ключову роль відіграє уряд країни, який проповідує антибулінгову політику освіти.

Наприклад, Президент США, Барак Обама напередодні Конференції з боротьби з булінгом, яка пройшла в Білому домі 10 березня 2011 року, опублікував у соціальній мережі Facebook відеозвернення до американців із закликом до боротьби з булінгом.

Висновок до розділу I

В першому розділі розкрито поняття булінгу. Дослідники проблематики булінгу по-різному підходять до його тлумачення. Перший підхід у визначенні булінгу інтерпретує його як негативний вплив – насильство. Девід Лейн вважає, що булінг – це насильство фізичного чи психічного характеру, що спостерігається протягом тривалого часу з боку індивіда чи групи щодо особи, не має можливості захисту у конкретній ситуації.

Здійснено аналіз причин виникнення булінгу в сучасній школі. Серед найбільш поширених причин виникнення булінгу можна виділити:

- У колективі учнів недостатньо розвинені навички конструктивної взаємодії (учні не вміють шанобливо ставитися до інших людей)
- У колективі учнів не сформовані позитивні традиції, не вироблено соціально прийнятні правила, визнані всіма
- У частини колективу сформувалися та закріпилися негативні навички: Самовираження за рахунок приниження іншого; Рішення проблем шляхом «видавлювання»

- Комунікативна та соціальна компетенція у більшості учнів не розвинена. В тому числі, учні не вміють брати на себе відповідальність за власну поведінку та вчинки.

Проаналізовано методи подолання та профілактики булінгу серед школярів. Серед них виділено роботу соціальних і педагогічних працівників, а також зарубіжний досвід.

РОЗДІЛ II. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ БУЛІНГУ СЕРЕД ШКОЛЯРІВ

2.1. Характеристика етапів емпіричного дослідження, методів та вибірки досліджуваних

Базою проведення нашого дослідження була ТЗОШ №24. Проходили опитування учні 7А, 9Б і 9А класів. Загальна вибірка склала 30 школярів.

Ми використовували метод анкетування. Питання анкети підбиралися самостійно (додаток). Опитування проходило онлайн. Питання були надіслані в групи 7А, 9Б і 9А класів. Проходили дистанційно через ситуацію в країні та частими повітряними тривогами та потребою перебувати в укритті.

Нами було складено авторську анкету для опитування підлітків. Жертвою булінгу може стати абсолютно будь-хто, проте найчастіше в ролі жертви виступає найслабший, або той, хто якимось чином відрізняється від більшості інших підлітків. Найчастіше жертвами шкільного цькування стають підлітки, у яких є які-небудь фізичні порушення чи недоліки. Такі підлітки, це школярі з порушенням рухових функцій, або мають проблеми із зором та носять окуляри. Виходячи з цього, жертвами агресивних нападок є ті, хто не може за себе постояти і дати відсіч кривднику [5].

Підлітки з певними особливостями характеру, замкнуті або навпаки імпульсивні школярі легко потрапляють під вплив своїх агресивних однолітків. Насмішки та відкрита агресія з боку інших учнів стають звичною справою.

Так було з дослідженням В.Р. Петросянц, гіперактивні підлітки найчастіше бувають настирливі. Вони влазять у особистий простір інших, чим викликають від них шквал агресивних нападок. Проте такі підлітки можуть бути не лише жертвами, а й, навпаки, – булерами, а найчастіше і тими та іншими [11].

Все те, що виділяє дитину на вигляд із загальної маси школярів, може стати об'єктом для глузування: руде волосся, ластовиння, особлива форма голови, криві ноги, відстовбурчені вуха, вага тіла (тіло будова повнота або худорлявість) тощо.

«Погані соціальні навички це ще одна з причин, через які підлітки піддаються шкільному цькуванню. Є ті, у кого не вироблено психологічного захисту від вербального та фізичного саме насильства через недостатнього досвіду спілкування та самовираження. Порівняно з підлітками, у яких соціальні навички розвинені відповідно до їх віку, підлітки з не розвиненими соціальними навичками легше беруть на себе роль жертви. Той, хто прийняв роль жертви, упокорюється з ситуацією як з неминучою, часто навіть внутрішньо сам знаходить виправдання гвалтівникові: «...ну, значить, я такий, я вартий цього, я заслужив на це»», – пише Д.А. Лейн [5, с. 241].

Відсутність досвіду взаємодії у колективі (домашні діти). Підлітки, які до школи не відвідували дитячий садок та інші дитячі групи можуть не мати необхідних навичок для вирішення проблем у спілкуванні. У той же час вони часто можуть значно перевершувати своєю ерудицією і вміннями дітей, які ходили до дитячого садка.

Для того, щоб більше докладно вивчити проблему булінгу, було проведено дослідження, в якому взяли участь 30 школярів. Використовувався метод опитування. Серед опитаних 53,3 % віком 15-16 років, 36,7 % мають 12-14 років і лише 10% віком 17-18 років (рис.2.1).

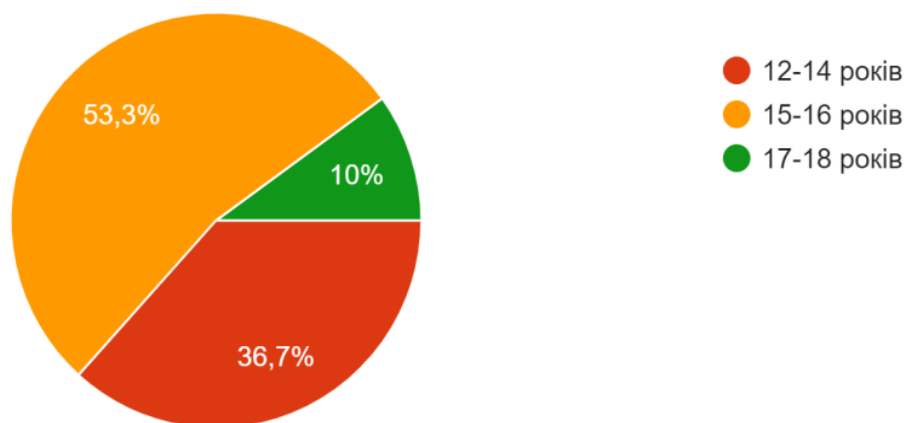


Рис. 2.1. Віковий розподіл респондентів

Як відображено на рисунку 2.1. найбільше наших респондентів складають школярі 12-16 років, що становить 90 % від загальної кількості наших досліджуваних.

Дальше відповідно до нашого питальника ми отримали результати гендерного розподілу наших респондентів (див. рис. 2.2.).

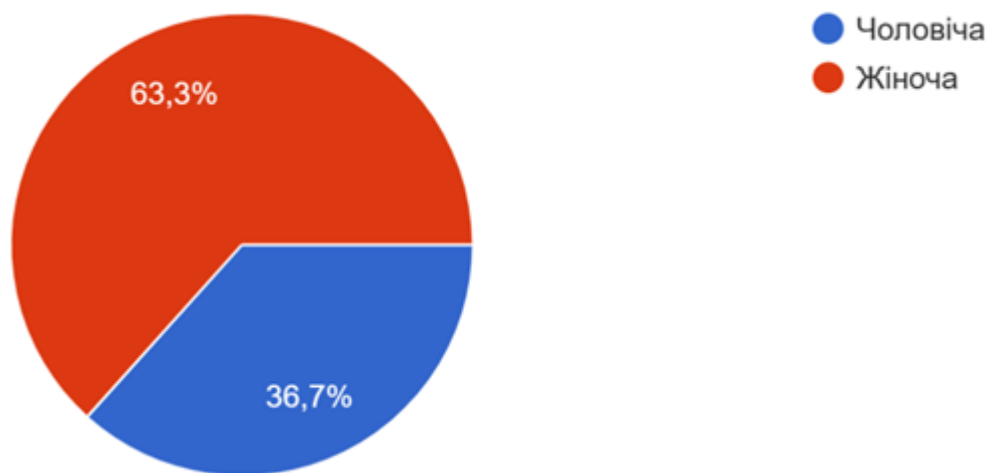


Рис. 2.2. Гендерний розподіл респондентів

Як відображено на рисунку 2.2. більшість наших респондентів склали особи жіночої статі (63,3 %), та 36,7 % чоловічої статі.

Мета нашого дослідження передбачає розкриття теоретичного обґрунтування проблеми булінгу та емпіричного її дослідження в сучасній школі під час війни. Для досягнення нашої мети ми проводили наше дослідження у комплексних три етапи.

На першому етапі ми розкрили різні підходи до трактування поняття булінгу, описали причини виникнення булінгу в сучасній школі, а також провели аналіз методів щодо подолання та профілактики булінгу серед школярів.

Другий етап передбачав проведення експериментального дослідження особливостей прояву булінгу серед школярів, розробку самого питальника, опрацювання та інтерпретацію результатів по кожному питанню.

На третьому етапі ми розробили програму для профілактики булінгу в учнівському класі, котра призначена для використання шкільним психологом.

Наше дослідження передбачало декілька етапів власне опрацювання результатів нашого опитування які більш детально ми опишемо в наступному параграфі.

2.2. Аналіз отриманих результатів

Наступним питанням нашої анкети було «Чи стикалися ви з булінгом в школі» і отримані результати ми відобразили на рисунку 2.3.

Чи стикались ви із БУЛІНГОМ у вашій школі?
30 відповідей

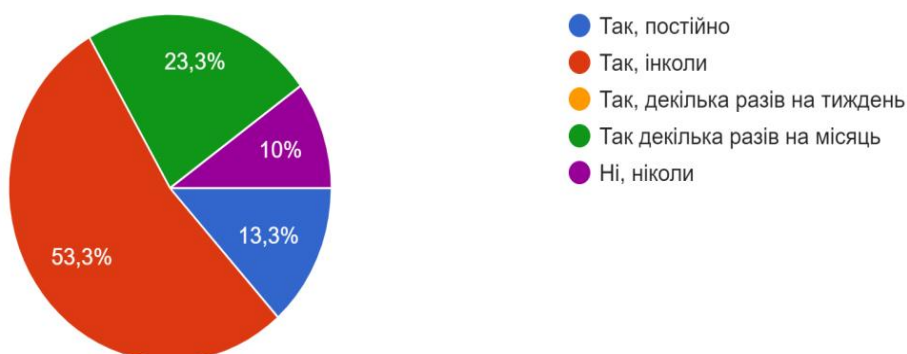


Рисунок 2.3. Чи стикалися ви із булінгом у вашій школі?

На запитання «Чи стикалися ви з булінгом в школі» 53,3 % респондентів відповіли «Так, інколи». 23,3% – стикалися з цим явищем декілька разів на місяць, 13,3 % – постійно стикаються з булінгом і лише 10 % відповіли «ніколи».

Далі ми запитували з яким видом булінгу ви зустрічались? І отримали наступні відповіді (див. рис. 2.4.).

З яким видом БУЛІНГУ ви зустрічались?

30 відповідей

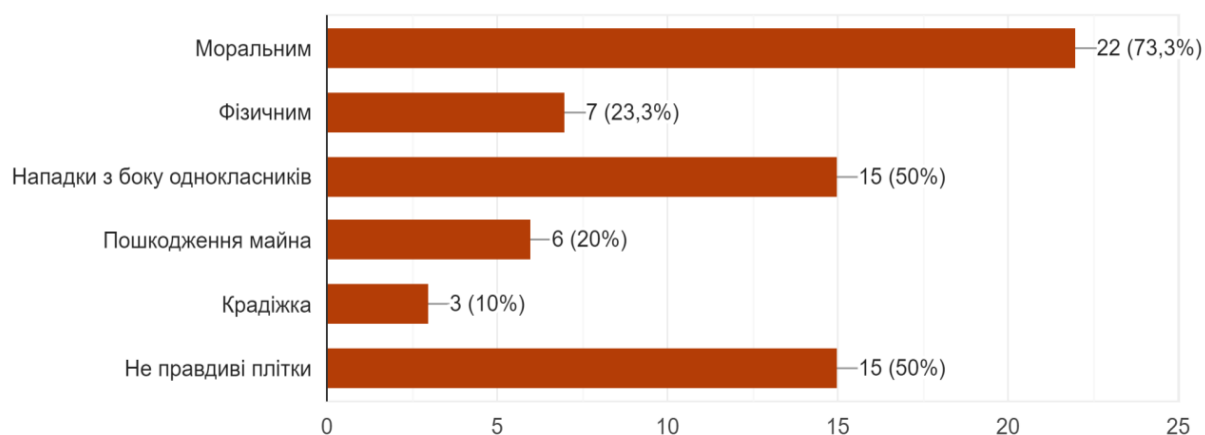


Рисунок 2.4. З яким видом булінгу ви зустрічались?

Найбільша кількість респондентів стикалася з моральним видом булінгу – 22 школярі (73,3%). Найчастіше у спілкуванні між підлітками присутні глузування, присвоєння прізвиськ, зауваження, приниження у присутності інших учнів, словесна критика та висміювання зовнішності чи одягу. Також частими проявами цькування підлітки відзначають підніжки, показ непристойних жестів та псування чужого майна. По 15 учнів (50%) зустрічала нападки з боку однокласників та неправдиві плітки. Ще 7 школярів (23,3 %) стикалися з фізичним насиллям, 6 (20%) – пошкодженням майна і 3 учні (10%) з крадіжкою.

Наступне наше запитання носило досить глобальний характер і дозволило нам побачити загальну картину прояву булінгу в сучасній школі, зокрема, в школі у якій ми проводили наше експериментальне дослідження. Наше запитання звучало наступним чином: «Чи були ви свідками булінгу?».

Свідки булінгу – це люди, які спостерігають або дізнаються про ситуації булінгу. Свідки булінгу можуть відігравати важливу роль у розв’язанні цієї проблеми. Вони можуть:

1. Підтримувати жертву: Надавати моральну підтримку та допомагати почуватися менш ізольованими.

2. Звертатися до дорослих: Повідомляти про булінг вчителям, батькам або іншому шкільному персоналу.

3. Втручатися безпосередньо: Якщо це безпечно, втручатися у ситуацію, щоб зупинити булінг.

4. Заохочувати до повідомлення: Підтримувати жертву у повідомленні про булінг відповідним органам або людям.

Свідки можуть значно вплинути на ситуацію, допомагаючи зупинити булінг і підтримати жертву в процесі відновлення. Відповіді на це питання відображені на рисунку 2.5.

Чи були ви свідками БУЛІНГУ?
30 відповідей

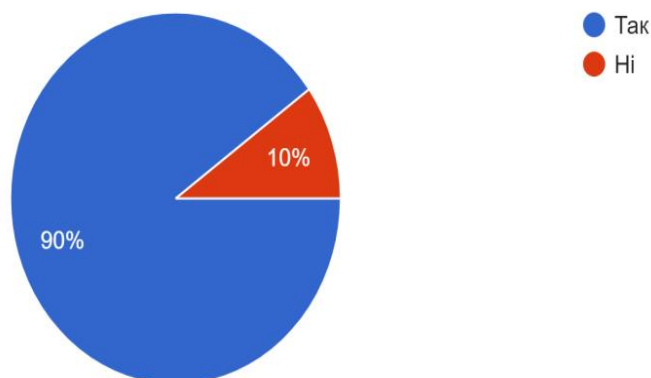


Рисунок 2.5. Чи були ви свідками булінгу?

Отже, отримані дані можуть свідчити про актуальність проблеми цькування в сучасних освітніх закладах, а також відсутність достатніх заходів щодо профілактики даного явища, 90% опитаних були свідками булінгу.

Наступне наше питання дозволило нам зрозуміти де найчастіше школярі стикаються з булінгом. Отримані результати представленні на рисунку 2.6.

Де найчастіше можна зіткнутись із БУЛІНГОМ?

30 відповідей

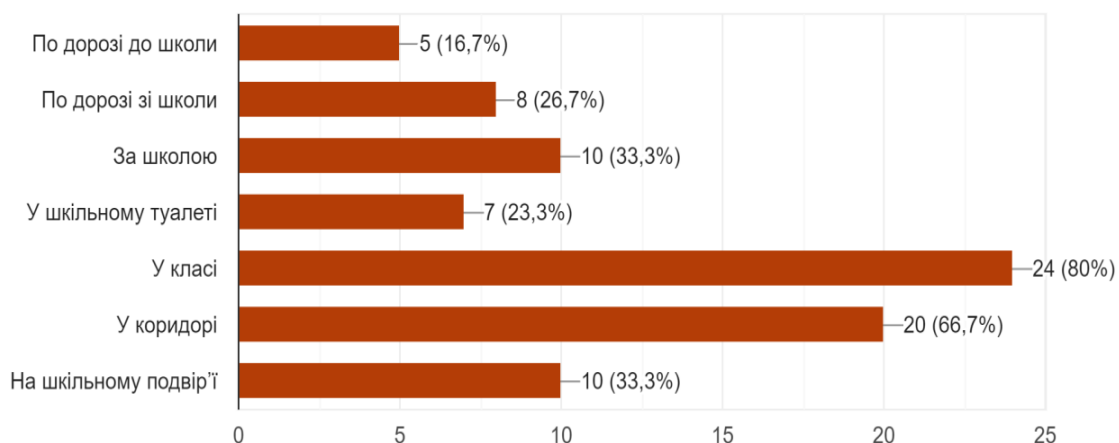


Рисунок 2.6. Де найчастіше можна зіткнутися з булінгом?

Найчастіше школярі стикаються з булінгом в класі (80%), дещо менше (66,7%) в коридорі. По 10 учнів (33,3%) стикнулися з булінгом на шкільному подвір'ї та за школою. 8 учнів (26,7%) зіткнулися з булінгом по дорозі зі школи, 5 (16,7 %) по дорозі до школи. І 7 школярів (23,3%) стикнулися з цькуванням у шкільному туалеті.

Далі ми запитали школярів хто на їх думку найчастіше є агресором булінгу (див. рис. 2.7.).

На вашу думку, хто найчастіше є агресором БУЛІНГУ?

30 відповідей

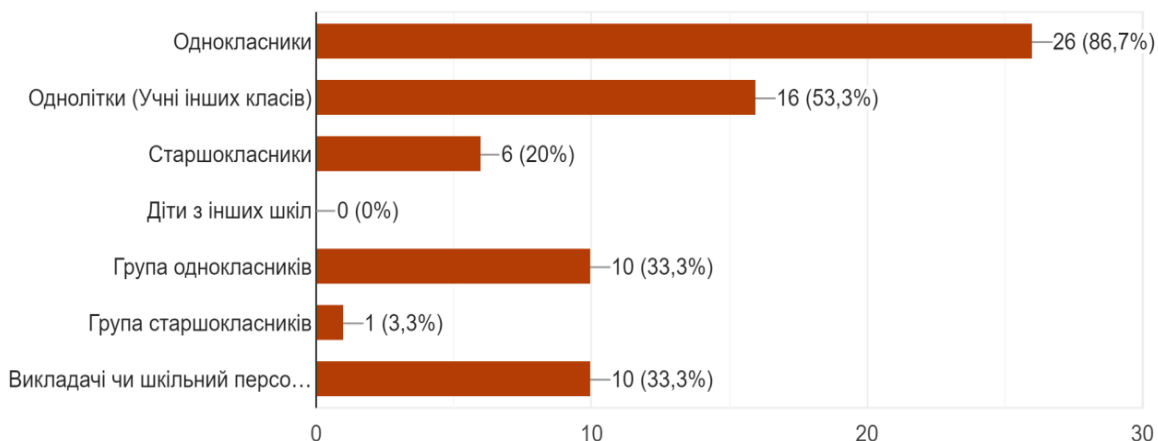


Рисунок 2.7. Агресори булінгу

26 школярів (88,7%) вважають, що найчастіше агресором булінгу є однокласники. Агресивна поведінка, спрямована проти однолітків, власне зустрічається набагато частіше, аніж проти дорослих. По-перше, саме з однолітками дитина стикається практично щодня. По-друге, будучи сам слабким, він шукає жертву свідомо слабше за себе, що взагалі це властиво тим, хто хоче самоствердитися. Хлопчики-агресори є домінантними. Дівчатка-агресори непомітні і спритні, агресія з їхнього боку часто може проявлятися в прихованій формі. Вони висміюють, кепкують, маніпулюють навколо подруг, поширюють чутки та навіть підбурюють інших дітей проти особи, яка їм не подобається.

16 учнів (53,3 %) назвали однолітків (учнів інших класів). Ініціатори (Нападники), як правило, агресивні. Їхня агресія проявляється не тільки на однолітків, а й на родичів, близьких та педагогів. Помічники налаштовані допомогти нападникові, наслідувати його. Найчастіше вони б'ють і обзивають жертв. По 10 учнів (33,3 %) агресорами назвали групу однокласників і викладачів чи шкільний персонал. 6 учнів (20%) агресорами булінгу вважають старшокласників, і лише один учень (3,3 %) групу старшокласників.

Наступне питання нашої анкети дозволило зрозуміти які причини булінгу виділяють наші респонденти (див. рис. 2.8.).

На вашу думку, які є причини БУЛІНГУ?

30 відповідей

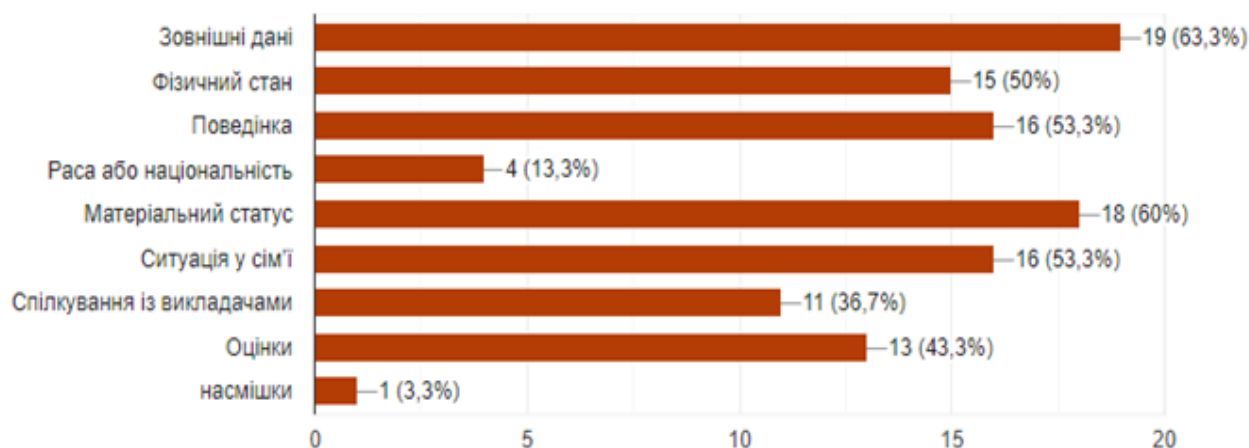


Рисунок 2.8. Причини булінгу

Серед причин булінгу більшість підлітків назвали зовнішні дані. Так вважає 19 респондентів (63,3%). На друге місце 18 школярів (60 %) поставили матеріальне становище. На третє місце по 16 школярів (53,3 %) поставили поведінку та ситуацію в сім'ї. 15 учнів (50%) причиною булінгу вважають фізичний стан, 13 (43,3 %) – оцінки. Конфлікти між дітьми виникають зазвичай не лише в ситуації боротьби за лідерство та конкуренції, а й некомпетентних дій чи оцінок педагогів. Прояв агресії у підлітковому віці визначальним чином залежить від реакції відносин батьків та значимих дорослих до певних форм поведінки. Якщо батьки та педагоги не помічають або ставляться терпимо до будь-яких проявів агресивності, то в результаті виникають саме символічні форми агресії, отакі, як впертість, дратівливість, агресія, вандалізм та інші види опору. 11 учнів (36,7 %) – спілкування з викладачами, і лише 4 учні (13,3%) назвали расу або національність та один (3,3%) – насмішки.

Отже, у булінгу різні причини та фактори, що його зумовлюють. Однак слід приділити увагу духовно-моральному вихованню підлітків, розповісти про те, як слід поводитися, якщо в школі присутній булінг.

У наступному питанні ми поцікавилися хто допоміг школярам якщо вони були жертвою булінгу. Результати представлені на рисунку 2.9.

Якщо ви були жертвою БУЛІНГУ, то хто вам допоміг?

30 відповідей

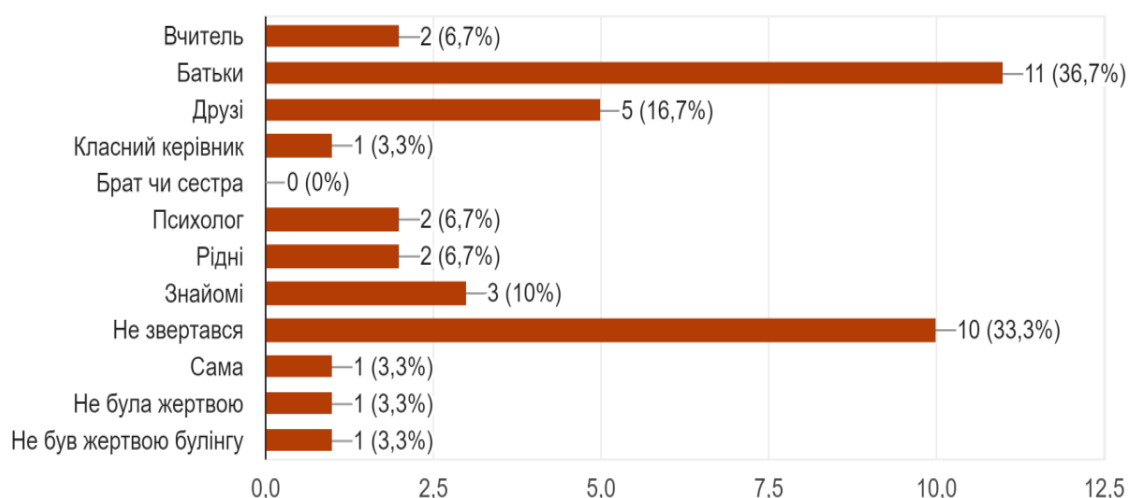


Рисунок 2.9. Якщо ви були жертвою булінгу, хто вам допоміг?

11 школярів (36,7 %) які стали жертвою булінгу допомогли батьки. Жертви постійно схильні до почуття небезпеки, тривоги. Вони піддаються нападкам із боку буллерів. Для жертв характерні симптоми депресії, а також високий рівень тривоги, а спостерігачі, свідки булінгу це найпоширеніша категорія людей. 10 учнів (33,3%) не зверталися за допомогою. 5 підлітків (16,7 %) попросили допомоги у друзів. Захисники це, як правило, ті учні, які мають високий авторитет у класі. Вони рідко нападають на когось, а так само рідко зазнають нападу з боку інших учнів. 3 учнів (10 %) попросили допомоги у знайомих. По 2 школярів (6,7%) попросили допомоги у вчителів, психолога, рідних. По одному учневі (3,3%) звернулися до класного керівника, самі вирішили питання, не були в ролі жертви і жертви булінгу (рис.2.8).

Тобто ми бачимо, що найкращими порадиниками є батьки. Саме в них більшість підлітків шукає захист.

Наступне питання дозволило нам отримати інформацію як вчителі, викладачі реагують на булінг. (див. рис. 2.10.).

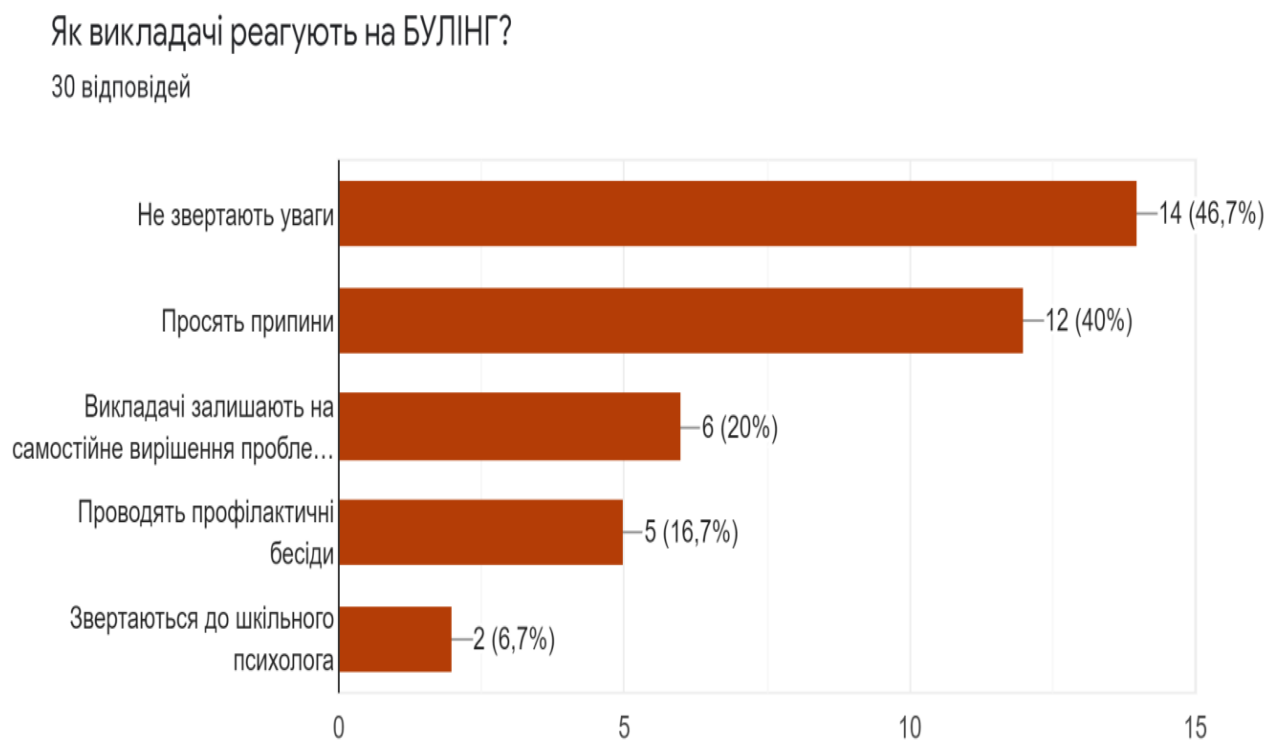


Рисунок 2.10. Реакція викладачів на булінг

14 підлітків (46,7%) вважають, що зазвичай викладачі не реагують на булінг. Ще 12 (40 %) зазначили, що просять припинити. 6 учнів (20%) відмітили, що викладачі залишають на самостійне вирішення проблеми. 5 школярів (16,7 %) вказали, що викладачі проводять профілактичні бесіди. Двоє учнів (6,7 %) зазначили, що педагоги звертаються до шкільного психолога (рис.2.9).

Тобто, у даній школі мало приділяється уваги для попередження і подолання проблеми булінгу.

Наступне запитання дозволило отримати інформацію чи знають школярі, що робити у випадках булінгу (див. рис. 2.11.).

Підлітковий вік є одним із найскладніших і найважливіших періодів у формуванні людини. Як уже говорилося раніше, це досить конфліктний період дорослішання. Психологічні та фізіологічні зміни, що відбуваються в даний проміжок часу залишають незабутні наслідки на особи людини. Сплеск гормональних змін, а також проблеми соціальної адаптації при переході в доросле життя можуть послужити відправною точкою у формуванні ситуації булінгу. У цьому віці людина стикається як із зовнішніми конфліктами, так і із внутрішньоособистісними.

Чи знаєте ви, що потрібно робити у випадках БУЛІНГУ?

30 відповідей

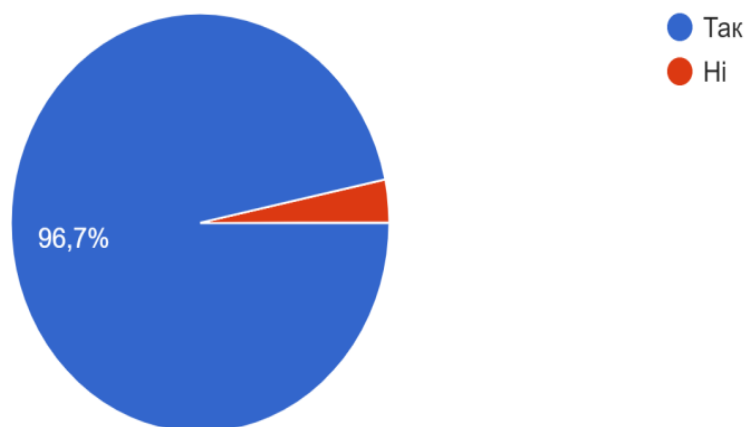


Рисунок 2.11. Чи знаєте ви, що потрібно робити у випадках булінгу.

Перший вид конфлікту відбувається з однолітками, оточуючими людьми. Внутрішньоособистісні конфлікти пов'язані з перехідним віком і відбуваються у внутрішньому світі людини. Намагаючись вирішити конфліктні ситуації, підлітки вдаються до різних форм звинувачення, агресії та вимог. Вони використовують домінуючі форми насильства: психологічне та фізичне.

Намагаючись упоратися з конфліктом, підлітки використовують такі механізми, як психологічний захист, емоційне та агресивне реагування, фізичне відновлення, рефлексія. Дані прояви підлітків з урахуванням їх емоційної нестійкості спричиняють виникнення конфліктних ситуацій і ситуацій булінгу.

Не зважаючи на те, що попереднє запитання свідчило про малу увагу яка приділяється питанням булінгу у школі 96,7 % опитаних зазначили, що знають, що потрібно робити у випадках булінгу.

Далі ми запитали школярів, що вони будуть робити коли стануть свідком булінгу (див. рис. 2.12.).

Ваші дії коли ви стали свідком БУЛІНГУ?

30 відповідей

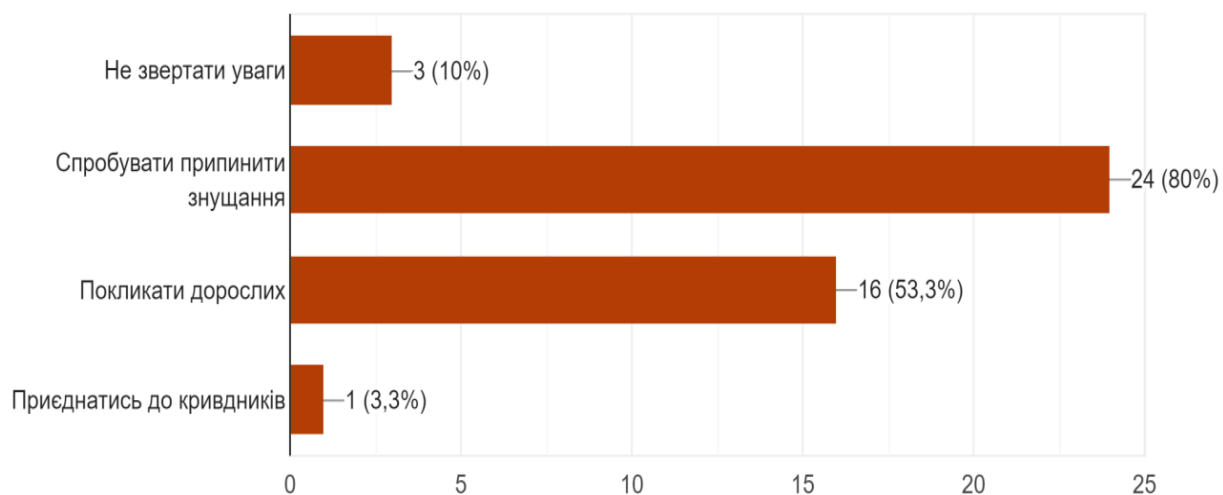


Рисунок 2.12. Ваші дії, коли ви стали свідком булінгу.

Свідки підліткового булінгу є найчисленнішою групою, яка визначає можливість і змив скоєння цькування. Вирізняють чотири групи підлітків – свідків булінгу: захисники; помічники кривдників; співчуваючі жертві;

спостерігачі. Соціальний статус, наявність травматичного досвіду, характер емоційних реакцій, установки та переконання, підліткова дружба та мотивація поведінки у цих групах різні. Підлітки-захисники мають розвинений особистісний ресурс і високий рівень психологічного благополуччя, мають сприятливий соціальний статус. Підлітки інших груп свідків булінгу характеризуються дефіцитарністю у розвитку особистісного ресурсу та соціального статусу, психологічного благополуччя та наявністю травматичного досвіду. Ці особливості повинні враховуватися розробки програм профілактики булінгу у шкільництві. 24 школярі (80 %) будучи свідком булінгу спробували зупинити знущання. 16 підлітків (53,3 %) покликали дорослих. Троє з опитаних (10 %) не звертали уваги. І лише один (3,3 %) приєднався до кривдників.

Останнє запитання нашої анкети дозволяло зрозуміти як школярі бачать покращення стосунків у школі, що потрібно для цього зробити (див. рис. 2.13.).



Рисунок 2.13. Пропозиції щодо покращення стосунків у школі і припинення булінгу.

З метою покращення стосунків у школі і припинення булінгу 19 учнів (63,3 %) запропонували спробувати зрозуміти один одного, 13 школярів (43,3 %) порадили порозмовляти з психологом. По 12 респондентів (40%)

запропонували проводити час разом поза шкільними заняттями та розмовляти із класним керівником. 9 підлітків (30%) запропонували лояльно ставитися викладачам до учнів. І лише три респонденти (10%) вважають, що нічого не потрібно робити.

Тобто проблема насилля над іншим криється в самій людині.

Відомо, що шкільний булінг не має шансів виникнути в тих класах, де вчитель обізнаний про те, що відбувається. При цьому неважливо, чи має педагог позитивний авторитет або чинить тиск на дітей. У першому випадку саме він може ефективно припинити власне прояви насильства, опираючись на повагу та любов учнів. У другому випадку діти змушені об'єднуватися, щоб протистояти тиску, і у них не залишається енергії для внутрішніх конфліктів.

- Допомагають саме спільно створені правила групи, які можна написати на окремому плакаті та повісити в класі. Важливо, щоб саме ці правила не були формальними. Група та вчитель повинні постійно стежити за їх виконанням і обговорювати, що ще можна зробити для того, щоб клас став дружнішим та згуртованим.

- Якщо щось зіпсувало репутацію дитини, педагогу потрібно додати сили, щоб підняти авторитет, показати його у вигідному світлі.

- Не можна затягувати з запобіжними заходами будь-яких глузування над слабкостями однокласників, зневажливих зауважень на їхню адресу.

- Дати проявитися дітям (особливо непопулярним) у їхніх дарах, допомогти побачити колективу їх корисність та цінність для всього класу.

- Не допускати при всьому класі оцінювати та обговорювати неблагополучні та особисті якості дитини.

- Об'єднувати клас спільними заходами: поїздки, участь у шкільних заходах, години спілкування, екскурсії, прогулянки, ігри на перерві.

- Максимально включати весь клас у процес роботи, щоб не відчували не затребуваними.

- Не можна порівнювати здібності дітей.

- проводити вправи на спільну діяльність; вчити давати відсіч кривдникам, постояти за себе.
- Організувати позаурочну діяльність учнів (заняття у гуртках, секціях).
- Організувати дискусії, ігри-роздуми, перегляд відеоматеріалів та фільмів, що демонструють специфічні проблеми молоді (секс, наркотики, насильство), санітарно-просвітницька робота.

Висновок до розділу II

Підлітковий вік характеризується незавершеним становленням особистості. Тому починаючи з 14 років школярам хочеться показати, що вони «вище» інших. У 18 років поле їх діяльності переходить у професійну спрямованість і проблема булити відпадає.

Результати дослідження показали, що у ТЗОШ №24 присутнє явище булінгу. Є учні, які були жертвами булінгу, а є й такі які самі є агресорами. Тобто потрібно активніше проводити роботу по профілактиці булінгу.

Відповідно в наступному нашому розділі ми запропонуємо програму щодо профілактики булінгу у школі.

РОЗДІЛ ІІІ. ПСИХОЛОГІЧНА ПРОГРАМА ПРОФІЛАКТИКИ БУЛІНГУ В УЧНІВСЬКОМУ КЛАСІ ДЛЯ ПРАКТИЧНИХ ПСИХОЛОГІВ

3.1. Зміст психологічної програми з профілактики булінгу

Програма профілактики булінгу в шкільному середовищі розроблена для нормалізації відносин між однолітками та зниження рівня стресу в школі та класі. Мета програми – запобігання булінгу серед підлітків, створення сприятливих умов для успішного розвитку саме кожної дитини, а також збереження її фізичного, психічного, а також психологічного здоров'я.

Завданнями програми є:

- ✓ зменшення агресивних і ворожих реакцій;
- ✓ покращення міжособистісних і міжгрупових відносин;
- ✓ розвиток комунікативних навичок;
- ✓ формування у молоді відповідального ставлення до своїх вчинків;
- ✓ навчання навичкам мирного розв'язання конфліктів;
- ✓ розвиток навичок конструктивного реагування в конфліктних ситуаціях;
- ✓ виховання толерантності та емпатії серед учнів.

Пропонована програма складається з двох частин: первинної та вторинної профілактики. Первинна профілактика охоплює визначення факторів ризику, з'ясування причин і видів булінгу. Вона включає роботу з педагогічним колективом, сім'єю учня та самим учнем. Для вивчення проблеми насильства в школі проводяться опитування, аналіз спеціальної літератури та перегляд відеоматеріалів, з метою усунення основних причин булінгу. Вторинна профілактика включає повторне дослідження учнів, виявлення причин та розвитку булінгу, а також різні програми для подолання булінгу і запобігання його прогресуванню.

У програмі переважно використовується групова робота, а індивідуальна робота включає домашні завдання. Програма враховує вікові особливості підлітків.

Основні принципи профілактики булінгу в шкільному середовищі:

- опора на власні сили та потенційні свої можливості особистості;
- принцип руху колективу;
- спільність, співпраця, сприяння;
- орієнтація на здатність школяра самостійно долати перешкоди;
- безпека, захист здоров'я, прав і людської гідності;
- принцип паралельної дії.

Наша програма складається з кількох напрямків:

нормативно-правове забезпечення та інформаційне забезпечення заходів для профілактики булінгу;

організаційно-педагогічна та науково-методична робота власне з педагогічним колективом;

робота з батьками учнів;

інформаційне, організаційне, кадрове та психолого-педагогічне забезпечення профілактики та запобігання булінгу і кібербулінгу серед учнів.

Перший напрямок передбачає поповнення методичного арсеналу педагогів новими методиками щодо профілактики і запобігання булінгу та кібербулінгу у навчальному закладі. Педагоги і всі працівники школи мають бути обізнані з основними аспектами та проявами феномену "булінгу", його впливом на навчальний процес, а також повинні мати знання та вміння організувати роботу з профілактики булінгу серед учнів.

Другий напрямок програми – це організаційно-педагогічна робота та науково-методична робота з усім педагогічним колективом, яка включає в себе 16 різних заходів.

Протягом навчального року проводяться різноманітні наради та педагогічні ради на такі теми:

- ✓ поширеність і особливості прояву булінгу в малих групах;

✓ шкільний булінг: актуальність, стан проблеми та психологічний супровід жертв булінгу;

✓ роль класного керівника у профілактиці булінгу в учнівських колективах;

✓ аналіз роботи класних керівників з профілактики дитячого насильства та булінгу за навчальний рік;

✓ булінг у школі: як допомогти дитині подолати агресію;

✓ рефлексія булінгу.

Третій напрямок програми включає роботу з батьками учнів. Це охоплює низку заходів, таких як загальношкільні батьківські збори на тему «Булінг у шкільному середовищі: значні зміни в житті учнів, що призводять до психічного дистресу». Також проводяться класні батьківські збори на теми: «Як пережити наслідки булінгу, пережитого в підлітковому віці», «Як запобігти і подолати булінг?», «До чого може призвести булінг?» та інші.

Наступний напрямок стосується профілактики та запобігання булінгу і кібербулінгу серед учнів. Це включає різні класні бесіди та інформаційні години, що проводяться протягом навчального року, з метою профілактики булінгу. Темі можуть бути такими: «Вчися керувати своїми емоціями», «Як подолати шкільний булінг?», «Доброта та милосердя», «Життя як пізнання добра», «Як боротися з конфліктами» тощо.

Очікувані результати:

✓ Встановлення міцних доброзичливих стосунків серед підлітків;

✓ Набуття навичок конструктивного реагування на конфлікти, зниження агресії та зміна самосприйняття;

✓ Поліпшення соціального самопочуття всіх учасників колективу.

Структура заняття: Вступна частина – серія вправ для активізації учасників, створення сприятливої атмосфери та підвищення згуртованості групи. Основний етап – бесіди, ігри та вправи, які допомагають зрозуміти та засвоїти тему, а також досягти мети заняття. Рефлексія – наприкінці кожного

заняття учасники діляться своїми почуттями та переживаннями, обговорюють, що їм сподобалося, що ні, що нового та корисного вони дізналися і як можуть застосувати це в житті.

Основу програми складають різні ігри та вправи, спрямовані на розвиток комунікативних якостей і навичок саморефлексії. Велика увага приділяється вправам для розвитку навичок вирішення конфліктних ситуацій, зниження агресивних і ворожих реакцій, а також конструктивного реагування в конфлікті. Програма також включає вправи для згуртування колективу, покращення міжособистісних відносин і розвитку толерантності та емпатії.

Педагог-психолог може групувати і поєднувати вправи на свій розсуд, залежно від поставлених цілей у роботі з підлітками з проблеми профілактики булінгу. Після кожного заняття учасники отримують домашнє завдання, яке обговорюється на початку наступного заняття. Домашні завдання відповідають темі та вправам тренінгу.

Перед початком і після завершення програми проводяться діагностичні методики для виявлення булінгу серед підлітків. Діагностика до початку програми виявляє наявність булінгу в класі, а після завершення програми – оцінює позитивний вплив проведених заходів на підлітків.

Таблиця 3.1.

План заходів програми з профілактики булінгу серед підлітків

№	Тема	Мета	Зміст роботи
1	«Командоутворення»	Оптимізація міжособистісних та міжгрупових відносин	Вправа «Пересядьте ті, хто...», Вправа «Дім». Домашнє завдання
2	«Особистісні якості»	Розвиток навичок саморефлексії	Гра «Плутанина», Вправа «Мої сильні сторони». Домашнє завдання
3	«Комунікації»	Розвиток комунікативних навичок	Вправа «Хочу сказати приємне іншій людині», Вправа «Тонкі нитки». Домашнє завдання
4	«Мій вибір»	Розвиток толерантності, емпатії	Вправа «Улюблений фільм», Вправа «У нас є вибір». Домашнє завдання

Продовження таблиці 3.1.

5	«Вихід з проблемної ситуації»	Розвиток навичок рішення проблемних ситуацій	Вправа «Одна ситуація – три виходи», Вправа «Іншими словами». Домашнє завдання
6	«Вирішення конфліктів»	Формування навичок конструктивного реагування в конфлікті	Вправа «Його сильна сторона», Вправа «Лукас, де ти?» Домашнє завдання
7	«Протилежності»	Розвиток комунікативних навичок	Вправа «Пара протилежностей», Вправа «Відношення до світу». Домашнє завдання
8	«Килим світу»	Розвиток навичок рішення проблемних ситуацій	Вправа «Любов та злість», Вправа «Килим світу». Домашнє завдання
9	«Довіра»	Формування довірливих відносин в колективі	Вправа «Тест на довіру», гра «Король». Домашнє завдання
10	«Агресія»	Зниження агресивних та ворожих реакцій	Вправа «Агресивна поведінка», Вправа «Жартівливий лист». Домашнє завдання
11	«Єдина команда»	Згуртування колективу	Гра «Звивистий маршрут», Вправа «Я до вас пишу...» Домашнє завдання
12	«Боротьба з конфліктами»	Розвиток навичок конструктивного реагування в конфлікті	Вправа «Безмовний крик», Вправа «Люди стають самотніми, якщо замість мостів вони будують стіни». Домашнє завдання
13	«Способи боротьби з агресією»	Зниження агресивних та ворожих реакцій	Гра «Випустити пар», Вправа «Нешкідливі способи розрядки гніву та агресивності», Вправа «Дім моєї душі». Домашнє завдання
14	«Мої почуття»	Розвиток толерантності та емпатії	Вправа «Карта бажаних почуттів», Вправа-релаксація «Пурхання метелика» Домашнє завдання
15	«Конфліктні ситуації»	Розвиток навичок конструктивного реагування в конфлікті	Вправа «Покажи ситуацію», Вправа «Самий-самий» Домашнє завдання
16	«Команда»	Згуртування колективу	Вправа «Маленькі зелені людинки», Вправа «Аварія корабля на місяці», Вправа «Вузлик» Домашнє завдання

Таким чином, протягом усього навчального року підлітки активно залучені в тему «Булінгу». Всі учні будуть знати, як діяти в ситуаціях булінгу, як у ролі свідків, так і учасників, і зможуть без страху повідомити про це будь-якій особі, яка може допомогти вирішити проблему (педагогам, батькам, шкільному психологу тощо), оскільки самостійно їм важко впоратися.

Профілактична робота з «жертвами» булінгу в освітньому середовищі повинна бути спрямована на підвищення особистісних ресурсів, щоб впоратися з важкою ситуацією, і базуватися на формуванні їх життєстійкості, з особливим акцентом на компоненти залученості та контролю. Основна стратегія програми запобігання булінгу в освітній установі полягає в залученні персоналу школи, учнів та їх батьків до вирішення цієї проблеми та підвищенні їх обізнаності щодо ситуації булінгу.

3.2. Особливості впровадження психологічної програми профілактики булінгу

Почнемо з того, що мета профілактики булінгу - повністю викоринити це явище в стінах навчального закладу. Якщо булінг вже існує (навіть в одному класі), то насамперед необхідно його зупинити. Лише після цього можна приступити до кропіткої і тривалої роботи з покращення шкільного мікроклімату. Оскільки це завдання складне і потребує плану, його не можна виконати спонтанно чи без належної підготовки.

Тут можливі різні підходи. Профілактика булінгу в шкільному середовищі, особливо в окремому класі, є завданням учителя. Проте, план роботи з профілактики булінгу в школі цілком може бути централізованим: його може розробити не лише класний керівник, а й соціальний педагог, шкільний психолог чи представник шкільної служби медіації (якщо така існує в вашому навчальному закладі).

З боку класних керівників: уважне спостереження за учнівським колективом, приділяючи особливу увагу угрупованням, що формуються або вже сформувалися в класі, а також наявності дітей-ізгоїв. Варто знайомитися з профілями учнів у соціальних мережах, включаючи фото, відео, пости та коментарі до них. Це не про втручання в приватне життя, а про своєчасне виявлення проявів агресії та захист жертв. Обговорення своїх спостережень з вчителями, що працюють в класі, а також з соціальним педагогом і психологом; робота з дітьми та бесіди з батьками учнів.

З боку шкільного психолога або соціального педагога: підготовка методичних рекомендацій для вчителів; підготовка інформаційних стендів на тему булінгу, професійної деформації та психологічного здоров'я; бесіди з дітьми; зустрічі з батьками учнів.

З боку адміністрації навчального закладу: впровадження антибулінгової політики, організація діагностики шкільного мікроклімату; проведення педрад, присвячених проблемі булінгу; організація шкільних методичних об'єднань; проведення батьківських зборів.

Зазвичай соціальний педагог, шкільний психолог або медіатор складають звіт про профілактику булінгу в школі після певного періоду: навчального року, півріччя або навіть чверті. Хоча часовий відрізок може бути будь-яким, існує думка, що справжні результати стануть помітними лише через два роки з початку впровадження програми.

Профілактика булінгу в школі охоплює різноманітні заходи. Всі вони повинні бути спрямовані на викорінення булінгу як явища. У будь-якому випадку, план заходів щодо власне профілактики булінгу в школі повинен включати принаймні такі елементи:

- разом з дітьми розробка і узгодження правил взаємодії, які відповідають соціальним нормам і сприяють ефективному навчальному процесу;
- заняття з класним керівником;
- індивідуальні консультації психолога з учнями;

- створення гуртків, клубів або студій для розвитку різних талантів учнів;
- організація загальношкільних квестів, конкурсів типу «Хвилини слави», «КВК», «Фабрики зірок», виставок досягнень тощо;
- заходи, спрямовані на згуртування учнів;
- участь у благодійних акціях, відвідування будинків престарілих, дитячих інтернатів;
- читання та обговорення літератури, що стосується проблеми цькування;
- перегляд і обговорення фільмів на цю тему;
- написання творчих робіт, есе, виступів з елементами літературної творчості;
- постановки театральних вистав;
- психологічні тренінги та рольові ігри.

Кожен з цих заходів призначений для розвитку у дітей соціальних та комунікативних навичок, що означає вміння поважати думку інших людей, а також вміння ефективно пояснювати свою позицію та співпрацювати в колективі.

При обговоренні методів профілактики булінгу в освітній установі слід враховувати вікові особливості дітей. Профілактика булінгу серед молодших школярів, в залежності від класу, відрізняється за змістом. Наприклад, класна година з профілактики булінгу може включати показ презентації або соціального ролика на тему цькування, за яким може слідувати обговорення з учнями. Для учнів початкових класів можна розглянути перегляд мультфільму, такого як «Гидке каченя» або «Дамбо», тоді як підліткам можуть більше сподобатися кінофільми, наприклад «Опудало» або «Чарлі і шоколадна фабрика». Або ж можуть бути використані ігри, спрямовані на поліпшення соціальних і комунікативних навичок, які будуть цікавими як молодшим, так і старшим учням при правильному підборі.

Висновок до розділу III

Профілактика булінгу включає різноманітні заходи, спрямовані на запобігання виникненню булінгу та створення безпечного середовища. Ось деякі ефективні стратегії:

Освітні програми та тренінги:

- підвищення обізнаності: організовувати навчальні програми для учнів, вчителів та батьків, що пояснюють, що таке булінг, його наслідки та як його розпізнати.

- розвиток соціально-емоційних навичок: включення в навчальні програми занять з розвитку емпатії, співчуття, ефективного спілкування та розв'язання конфліктів.

Шкільні правила та політика:

- чіткі правила: встановлення та обговорення чітких правил щодо неприйнятності булінгу, з відповідними наслідками за порушення.

- політика ненасильства: запровадження шкільної політики, яка заохочує ненасильницьке вирішення конфліктів і підтримують безпечне середовище.

Підтримка та втручання:

- групи підтримки: створення груп підтримки для учнів, які власне стали жертвами булінгу, де вони можуть отримати допомогу та поради.

- шкільні психологи: наявність психологів або консультантів у школах для надання професійної допомоги постраждалим учням.

Включення батьків та громади:

- інформування батьків: проведення інформаційних сесій для батьків, щоб вони могли розпізнавати ознаки булінгу та знали, як діяти.

- співпраця з громадськими організаціями: залучення громадських організацій для проведення кампаній та тренінгів з протидії булінгу.

Позитивна шкільна культура:

– заохочення позитивної поведінки: нагородження учнів за прояви доброти, допомоги та підтримки один одного.

– спільні заходи: організація заходів, що сприяють дружбі та взаємоповазі серед учнів, наприклад, командні ігри, проекти або творчі конкурси.

Технологічні засоби:

– анонімні платформи: впровадження анонімних платформ або гарячих ліній для повідомлень про випадки булінгу.

– використання соціальних медіа: проведення кампаній у соціальних медіа для підвищення обізнаності та заохочення до неприйняття булінгу.

Застосування цих стратегій у комплексі може допомогти знизити рівень булінгу та створити більш безпечне і підтримуюче середовище для всіх учасників освітнього процесу.

РОЗДІЛ IV. БЕЗПЕКА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ, ОСНОВИ ОХОРОНИ ПРАЦІ

4.1. Людський фактор у проблемі безпеки у надзвичайних ситуаціях

Фізіологічна надійність людини.

На людину постійно діє безперервний потік зовнішніх подразників, а також різноманітна інформація про процеси, які відбуваються в середині організму і поза ним. Прийняти цю інформацію і правильно зреагувати на велику кількість подій людині дають змогу її органи чуттів: очі, вуха, язик і ніс.

Кожен вид рецепторів сприймає тільки один вид подразнень і передає його в певну кору головного мозку по нейронах. Людина здійснює безпосередній зв'язок з навколишнім середовищем та отримує дані про свій стан за допомогою каналів приймання інформації, об'єднаних у загальну групу аналізаторів. Нормальне функціонування всіх аналізаторів робить людину менш вразливою для різних небезпек [6].

Зоровий аналізатор. Понад 90% інформації про навколишнє оточуюче середовище людина отримує через зоровий аналізатор – це велика сукупність утворень, що виконують функції побудови світлового зображення на світлочутливих елементах, трансформацію енергії світлового зображення на світлочутливих елементах, трансформацію енергії електромагнітного випромінювання в нервові збудження, кодування й перекодування інформації про зоровий образ та його пізнання.

Основними характеристиками, які впливають на роботу зорового аналізатора є:

- гострота зору;
- незвичайні зорові відчуття;
- колір;
- видимість;

– характеристика освітленості.

Слуховий аналізатор. Виникнення слухових відчуттів у людини пов'язано з коливанням повітря. Слуховий аналізатор становить спеціалізовану систему для сприйняття звукових коливань, формування слухових відчуттів і впізнання звукових образів. Вухо є допоміжним апаратом периферійної частини аналізатора. Важливими з позиції безпеки життєдіяльності також є:

Вестибулярний аналізатор – функціонування якого пов'язані з відчуттям положення і переміщення тіла в просторі, а також відповідні їм реакції з боку скелетної мускулатури і внутрішніх органів.

Нюховий аналізатор – суб'єктивний образ одного з явищ реальної дійсності, яке полягає в дії молекул летких речовин на орган нюху, а також *смаковий, руховий та шкірний аналізатори.*

Психологічна надійність людини.

Пам'ять – це закріплення й збереження в мозку того, що відбувалося в минулому досвіді людини. Пам'ять необхідна при прийнятті правильного рішення при виникненні нестандартних чи аварійних ситуацій.

Залежно від того, що запам'ятовує людина, можна виділити 6 видів пам'яті:

рухова – лежить в основі навчання рухів, вироблення побутових і трудових навичок тощо;

образна – допомагає запам'ятовувати і відтворювати в уяві інформацію про оточуюче середовище;

емоційна – зберігає пережиті людиною відчуття;

словесна – полягає в запам'ятовуванні, збереженні й відтворенні прочитаних, почутих або вимовлених слів;

слухова – дозволяє контролювати роботу механізмів і машин, своєчасно сприймати аварійні звукові сигнали;

зорова - дозволяє запам'ятовувати технологічні операції, які вимагають особливої уваги.

Увага - це концентрація свідомості на якому-небудь об'єкті чи діяльності з одночасним відверненням від усього іншого.

Розрізняють *пасивну увагу*, яка виникає без свідомого вольового зусилля під впливом зовнішніх подразників (сильний звук, світло тощо) та *активну увагу* – це свідомо увага, яка виникає від вольового зусилля і завжди спрямована на сприйняття об'єктів і явищ з наперед поставленою метою.

Існують такі основні характеристики уваги:

Об'єм уваги визначається кількістю об'єктів, які можуть бути сприйняті одночасно й достатньо яскраво.

Розподіл уваги - це здатність людини зосередитись на декількох об'єктах чи одночасно виконувати дві чи більше дії, домагаючись при цьому успішного результату.

Швидкість переключення уваги - це здатність швидко змінювати об'єкти уваги та переходити від одних видів діяльності до інших.

Інтенсивність уваги - це ступінь її напруження при сприйнятті об'єкта.

Стійкість уваги - це отримання необхідної інтенсивності уваги впродовж тривалого часу [6].

Психологічні причини створення небезпечних ситуацій.

У кожній дії людини відокремлюють три функціональні частини: мотиваційну, орієнтовну та виконавчу. Порушення в якій-небудь із цих частин тягне за собою порушення дії в цілому. Таким чином, у психологічній класифікації причин виникнення небезпечних ситуацій та нещасних випадків можна визначити три класи:

1. *Порушення мотиваційної частини дії* (проявляється в небажанні виконувати визначені дії). Порушення може бути відносно постійним (людина недооцінює небезпеку) та тимчасовим.

2. *Порушення орієнтовної частини дії* (проявляється в незнанні правил безпеки).

3. *Порушення виконавчої частини* (проявляється в невиконанні правил безпеки внаслідок невідповідності психічних та фізичних можливостей людини) [8].

Чинники зниження життєдіяльності людини.

1) *Конфлікти* – психічна травма, отримана внаслідок конфлікту, виводить людину з нормального психофізіологічного стану, що може призвести до суттєвих змін у життєдіяльності людини.

2) *Наркотики і наркоманія* - виникнення наркоманії пов'язане з ейфорією, приємно-збуджуючим ефектом наркотику. Чим сильніший ефект ейфорії, тим швидше настає звикання.

3) *Алкоголь і алкоголізм* - велика кількість нещасних випадків і аварій пов'язана із вживанням спиртних напоїв. Алкоголь дуже впливає на нервову систему та психофізіологічні процеси людини.

4) *Нікотин і нікотиноманія (паління тютюну)* – одна з найпоширеніших шкідливих звичок, що негативно впливає на здоров'я курця і оточуючих його людей, сприяє розвитку хвороб серця, судин, легень та шлунка, крім того, тютюновий дим містить канцерогенні речовини.

5) *Втома і перевтома.*

6) *Хворобливі стани.*

Шляхи підвищення життєдіяльності людини

1) Оздоровча фізична гімнастика.

2) Медико-біологічні засоби.

3) Психологічні засоби.

Шляхи підвищення особистої безпеки людини

Особиста безпека заснована, головним чином, на *трьох важливих фундаментальних принципах*: знанні, спостережливості та обережності [8].

4.2. Процес горіння та причини виникнення пожеж

Горінням називається хімічна реакція окислення, що супроводжується виділенням великої кількості тепла та світлення. Зовнішнім проявом горіння, яке супроводжується світленням, є вогонь. Швидке згорання гарячої суміші, що не супроводжується утворенням стиснених газів, називається спалахом. Зовнішнім проявом горіння газу, пари або суміші є полум'я. Горіння твердої речовини без полум'я називається тлінням. Ступінь нагрівання речовини, при якому випромінюється тепло та світло, називається розжарюванням. Розжарена частка або іонізований газ при електричних розрядах називається іскрою [12].

Продукти горіння – це речовини, що утворюються в результаті горіння. Дисперсна система, яка виділяється із продуктів горіння та повітря і яка має тверді частки, називається димом. Перетворення органічних речовин на вугілля під впливом високої температури або хімічних реагентів називається обвугленням. Виникнення горіння під впливом дії джерела запалювання називається займанням.

Джерелом запалювання може бути палаюче або розжарене тіло, а також електричний розряд, що має запас енергії та температури, достатній для виникнення горіння інших речовин.

Здатність речовини (матеріалу, суміші, конструкції) самостійно горіти називається горючістю. Матеріали розподіляються на три категорії: горючі, важкогорючі та негорючі.

Горюча речовина – це речовина (матеріал, суміш, конструкція), яка здатна самостійно горіти після усунення джерела запалювання.

Важкогорюча речовина – це речовина (суміш, матеріал, конструкція), яка здатна горіти під впливом джерела запалювання, але не здатна до самостійного горіння після усунення його.

Негорюча речовина – це речовина (матеріал, суміш, конструкція), що не горить.

Процес горіння можливий, якщо є горюча речовина, джерело запалювання та окислювач. Окислювачем в основному є кисень, який міститься в повітрі в достатній кількості. При пониженій концентрації кисню в повітрі до 12-14% горіння більшості речовин, звичайно, припиняється. Процес горіння деяких речовин можливий і при відсутності кисню. Так, водень, сурма і деякі метали горять у хлорі. Займання, що супроводжується появою полум'я, називається запаленням. Явище різкого збільшення швидкості екзотермічних реакцій, які призводять до виникнення горіння речовини (матеріалу, суміші) при відсутності джерела запалення, називається самозайманням, а самозаймання, яке супроводжується виникненням полум'я, називається самозапаленням [12].

Деякі речовини (торф, вугілля, сажа, промаслене ганчір'я), які називаються пірофорними, здатні самозайматися при контакті з повітрям. Самозапалення таких речовин відбувається внаслідок теплових, хімічних чи мікробіологічних процесів. Найнижча температура речовини, при якій відбувається різке збільшення швидкості екзотермічних реакцій, що закінчується виникненням полум'я, називається температурою самозапалення.

Горючі речовини (гази, пара або пил) у суміші з окислювачем можуть займатися, якщо концентрація газів, пари, пилу знаходиться в певних межах. Найменша концентрація горючої речовини, при якій відбувається займання, називається нижньою концентраційною межею запалення; максимальна концентрація горючої речовини, при якій можливе запалення – верхньою концентраційною межею запалення.

Концентраційні межі запалення для пари і газів виражаються в об'ємних відсотках, а для пилу – в грамах на кубічний метр. Наприклад, для бензину нижня і верхня концентраційні межі складають 0,75 і 5,16% відповідно. А для вугільного пилу нижня межа запалення дорівнює 114 г/м³. Якщо вміст горючих речовин і сумішей менший чи більший верхньої концентраційної межі запалення, то горіння не відбувається. Горючі гази та їх суміші, а також тверді горючі речовини у вигляді пилу можуть утворювати з повітрям горючі суміші,

що займаються при будь якій температурі, а рідини і тверді горючі суміші – тільки за певних температур. Для гасу температурні межі запалення – 57...87° С при концентраційних межах запалення 1,4...7,5%. Для запалення твердих горючих речовин і рідин потрібна не тільки відповідна концентрація, а й певна температура.

При нагріванні пари і газів, що виділяються з неї, досягається нижня концентраційна межа тільки за умови, якщо ці речовини нагріті до температури спалаху. Суміш газів і пари, що утворилася при цій температурі від джерела запалювання, згорає, але подальше горіння припиняється. Тому що тепла, яке утворюється при спаласі, недостатньо для вилучення нової порції газів і пари. При більш високій температурі вміст газів і пари, що виділяються із цих речовин, виявляється вищим нижньої концентраційної межі, і в результаті спалаху від джерела запалювання виділяється тепло, достатнє для утворення нової порції газів або пари та запалення речовини. Це відбувається при температурі запалення горючої речовини, за якою виділяються горючі гази і пара з такою швидкістю, що після її запалювання виникає стійке горіння. При температурі самозапалення займання горючої суміші відбувається без джерел запалювання. За такої температури в суміші починається процес самоокислення, і тепло, що при цьому виділяється, не повністю розсіюється в оточуюче середовище, тому температура суміші так підвищується, що суміш запалюється.

Неконтрольоване горіння поза спеціальним вогнищем, що призводить до матеріальних збитків, називається пожежею. Якщо це горіння не призводить до матеріальних збитків, то воно називається горінням.

Миттєве хімічне перетворення, що супроводжується виділенням енергії та утворенням стиснених газів, називається вибухом. При цьому швидке виділення великої кількості тепла, розжарених газів і пари створює високий тиск в навколишньому середовищі та призводить до пожеж та швидкого руйнування будівель.

Виникнення вибуху відбувається в середовищі, яке вміщує горючі гази, пару або пил. Температура вибухонебезпечного середовища відіграє другорядну роль. Головною умовою вибуху є відповідна концентраційна межа. Нижня і верхня концентраційні межі запалення в даному випадку вже є нижньою і верхньою межами вибухонебезпечної концентрації [12].

Для виникнення вибуху достатньо, щоб джерело запалення (розжарене тіло, жаринка, полум'я) запалило декілька молекул суміші: тепло, що виділилось від джерела запалення, нагріває і запалює найближчі до нього частинки суміші. Процес горіння проходить лавоподібно (з величезною швидкістю).

Речовина, що має підвищену пожежонебезпечність, називається **пожежонебезпечною**, а здатна до вибуху чи детонації без участі кисню повітря – **вибухонебезпечною** речовиною.

Пожежо- та вибухонебезпечні речовини є **вогнебезпечними** речовинами. Причини пожеж і вибухів можуть бути електричного і неелектричного походження.

До причин електричного походження належать:

1. Іскріння в електричних апаратах, машинах, електростатичні розряди і розряди блискавки.
2. Струм короткого замикання, який нагріває провідник до високої температури, при якій може виникнути запалення ізоляції, а також значні електричні перевантаження проводу і обмоток електричних апаратів та машин.
3. Погані контакти в місцях з'єднання проводу, коли внаслідок великого перехідного опору виділяється велика кількість тепла.
4. Електрична дуга, що виникає в результаті помилкових операцій з комутаційною апаратурою при перемиканнях у електроустановках або при дуговому електричному зварюванні, яке може викликати запалення розташованих поблизу горючих матеріалів та апаратів, наповнених маслом.
5. Аварія масляного вимикача при вимкненні струму коротким замиканням, якщо його розривна сила потужності нижча вимкненої потужності

струму, що може призвести до викиду пари, масла в навколишнє середовище і до утворення вибухонебезпечної суміші з повітрям.

6. В акумуляторних приміщеннях при заряджанні акумуляторів з електроліту виділяється кисень і водень, які змішуються з повітрям і при недостатній вентиляції концентрація водню може бути вищою нижньої границі вибуховості. Випадкова іскра може стати причиною вибуху [4].

Причинами пожеж і вибухів неелектричного походження можуть бути саме такі:

1. Необережне поводження з вогнем при газозварювальних роботах.
2. Неправильне поводження з апаратурою газової зварки і паяльними лампами, а також неправильне розігрівання кабельної маси і просочувальних сполук.
3. Пошкодження котельних і виробничих печей, опалювальних приладів і порушення режимів їхньої роботи.
4. Пошкодження виробничого устаткування і порушення технологічного процесу, в результаті якого можливе виділення горючих газів, пари або пилу в повітряне середовище.
5. Паління в пожежо- та вибухонебезпечних приміщеннях.
6. Самоспалахування деяких матеріалів [4].

ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ

В ході дослідження були вирішені наступні завдання:

1. Розкрили поняття про булінг та основні підходи до його дослідження. Аналіз літератури з проблематики булінгу, дозволяє стверджувати, що стурбованість сучасних дослідників про поширеність явища не марна. Шкільне переслідування, що триває, здатне завдати непоправної шкоди долям підлітків. На жаль, наслідки булінгу носять і трагічний характер: жертви цькування здатні до прояву актів масового терору або зведення рахунків з життям.

Булінг, будучи видом деструктивної конфліктної взаємодії, здатний миттєво спалахнути абсолютно в різних освітніх просторах. Але процес його запобігання, тривалість та обсяг наслідків залежатиме від комплексної профілактичної роботи.

Феномен булінгу частково є наслідком прояву різноманітних девіацій. Але з іншого боку, трапляється і те, що булінг провокує процвітання суспільно небезпечної поведінки. Профілактика девіантної поведінки є одним із пріоритетних напрямків діяльності соціальної роботи. Своєчасна превенція булінгу знизить ризик розвитку девіацій у підлітків.

1. Описали причини виникнення булінгу в школі. Шкільне цькування може проявлятися в різних формах і призводити до різноманітних негативних наслідків, таким як прояв депресії, тривоги та дистресу, порушення у встановленні та підтримці соціальних контактів.

2. Здійснили аналіз методів подолання та профілактики булінгу серед школярів. Тому в роботі з дітьми та підлітками шкільним психологам та соціальним працівникам необхідно знати про явище шкільного цькування, його потенційно згубні наслідках для жертв та необхідних інтервенціях для запобігання знуцанням та насильству.

3. Провели експериментальне дослідження особливостей прояву булінгу серед школярів. Емпіричне дослідження проводилося у формі онлайн

анкетування. Результати дослідження показали, що у ТЗОШ №24 присутнє явище булінгу.

4. Здійснили аналіз отриманих результатів. Є учні, які були жертвами булінгу, а є й такі які самі є агресорами. 53,3 % респондентів стикалися з явищем булінгу. Найбільша кількість респондентів стикалася з моральним видом булінгу – 22 школярі (73,3 %). 90% опитаних були свідками булінгу. Найчастіше школярі стикаються з булінгом в класі (80 %). 26 школярів (88,7%) вважають, що найчастіше агресором булінгу є однокласники. Серед причин булінгу більшість підлітків назвали зовнішні дані. Так вважає 19 респондентів (63,3%). 14 підлітків (46,7%) вважають, що зазвичай викладачі не реагують на булінг. Тобто потрібно активніше проводити роботу по профілактиці булінгу.

5. На основі отриманих даних була розроблена програма профілактики булінгу для шкільних психологів. Профілактика булінгу необхідна для зниження рівня стресу в учнівському колективі, сприяє згуртованості учнів та розвитку їх комунікативних навичок. Ці навички, у свою чергу, допомагають знаходити шляхи вирішення конфліктних ситуацій, що в подальшому може запобігти поширенню або навіть ліквідувати проблему булінгу.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алексєєнко Т. Явища мобінгу й булінгу у взаєминах особистості та колективу. Т. Алексєєнко. Управління освітою. 2019. № 4. С. 46–53.
2. Андрєєнкова В.Л., Левченко К.Б., Лунченко Н.В., Матвійчук М.М. Комплект освітніх програм «Вирішення конфліктів мирним шляхом. Базові навички медіації». К. 2018. 143 с.
3. Борщєвська А.В. Булінг у школах як чинник психічного нездоров'я. Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету. Вип. 6. 2014. С. 48-52.
4. Ведєрніков Ю. А. Теорія держави і права. Дніпропетровськ, 2015. 468 с.
5. Вєйнінгер О. Статя і характер. Принципове дослідження. Харків: Фоліо, 2016. С. 3-13. 480 с.
6. Воронцова, Т.В., Пономаренко, В.С. Вчимося жити разом. Посібник для вчителя з розвитку соціальних навичок у курсі «Основи здоров'я» (початкова школа): К. : Видавництво «Алатон», 2016 с. 26-33.
7. Гапон Н.П. , Грабовська С.Л., Гупаловська В.А. Фемінність, маскуліність як метафори психотерапевтичних дискурсів. Львів : ЛНУ імені І. Франка, 2015. Львів : ЛНУ імені І. Франка, 2015. с. 122-142.
8. Данько, Г.А. Як боротися з мобінгом і булінгом. Охорона праці. 2016. № 4. С. 18-20.
9. Дяченко В.А., Мунасіпова-Мотяш І.А., Дубініна Д.Е. Наукова стаття : Задоволеність життям та рівень психологічного благополуччя сучасної молоді. 2019. С. 120-129.
10. Задорожня Л.Ю. «Геть насильство над дітьми»: тренінгове заняття. Соціальний педагог. 2019. № 2. С. 24-32.
11. Запобігання та протидія насильству. Методичні рекомендації. Київ. 2018. 128 с.

12. Кодекс України про адміністративні правопорушення (статті 1–21224). (Відомості Верховної Ради Української РСР (ВВР) 1984, додаток до № 51, ст.1122). № 80731-Х від 14.10.2023.
13. Кормило О.Ю. Явище боулінгу в освітньому просторі. *Проблеми гуманітарних наук*. 2015. № 35. С. 174–187.
14. Міщенко Н.Л. Ми та конфлікт: Формування навичок безконфліктного спілкування. *Соціальний педагог*. 2019. № 5 С. 10-12.
15. Молчанова А.Д. Зупинити жорстокість: Соціально-етичні проблеми відносин підлітків: психологічний супровід. *Профтехосвіта*. 2019. № 3. С. 2-6.
16. Нова українська школа: poradnik для вчителя Під заг. ред. Бібик Н.М. К.: ТОВ «Видавничий дім «Плеяди». 2017. 206 с.
17. Новівок С.О. Особливості цькування у дитячому віці. Профілактика та протистояння булінгу. Київ : Магнолія, 2017. 186 с.
18. Новікова Л.К. Булінг. Причини та наслідки: профілактика насильства в шкільному середовищі. *Соціальний педагог*. 2019. № 5 (149). С. 32-33.
19. Поляруш С.І. Поняття та проблема правового захисту від шкільного булінгу. Харків : Світ книг, 2017. С. 211–213.
20. Попович І. С. Психологія соціальних очікувань особистості: методологія, теорія і практика: навч.-метод. посіб. Херсон: ОЛДІ-ПЛЮС, 2019. 134 с.
21. Протидія булінгу в закладі освіти: системний підхід Методичний посібник. Андрєєнкова В.Л., Мельничук В.О., Калашник О.А. К.: ТОВ «Агентство «Україна». 2019. 132 с.
22. Сидорук, І. Булінг як актуальна соціально-педагогічна проблема. Науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Педагогічні науки. 2015. С. 34-41.
23. Скидан С.М. Стратегії під час вирішування конфліктів: формування безконфліктного середовища. *Соціальний педагог*. 2019. № 5. С. 34-36.

24. Стоп шкільний терор. Особливості цькування у дитячому віці. Профілактика та протистояння боулінгу Результати дослідження Українського інституту дослідження екстримізму. Київ. 2017. 84 с.

25. Фройд З. Вступ до психоаналізу. Харків : КСД, 2015. 480 с.

26. Червінська Л. П. Мобінг персоналу як соціальне явище організації. Соціально-трудова відносина: теорія та практика : зб. наук. пр. М-во освіти і науки України, ДВНЗ «Київ. нац. екон. ун-т ім. Вадима Гетьмана», Ін-т соц.труд. відносин ; [редкол.: А. М. Колот (голова) та ін.]. Київ : КНЕУ, 2018. № 1. С. 128–134.

27. Юрчик, О.М. Психологічна профілактика шкільного насильства в початкових класах: автореф. дис. канд. психол. наук: 19.00.07. Острог, 2016. 20 с.